



Lezione della Guida n° 9

15 luglio 1957

PREGHIERA E MEDITAZIONE – IL PADRE NOSTRO

1. Saluti a voi. Vi porto le benedizioni di Dio, miei cari amici.
2. Miei cari amici, oggi vorrei parlarvi della preghiera e della meditazione. Qual è la differenza tra le due? A molti questo non è del tutto chiaro, ma è sempre questione di accordarsi sul significato dei termini. Vorrei fare la seguente distinzione: la preghiera è il passo preparatorio alla meditazione. La preghiera è una questione di pensiero, la meditazione è una preghiera con sentimento, e coinvolge le forze dell'anima rispetto alle forze del pensiero. Per arrivare al secondo e nuovo passo vi servono una certa disciplina e concentrazione, che potete imparare attraverso la preghiera. La maggior parte della gente non è abituata ad essere spiritualmente e mentalmente attiva, ma non si può entrare in meditazione senza aver prima imparato lo stato preliminare della concentrazione.
3. Chi ha oltrepassato questa prima soglia, ha bisogno innanzitutto di comprendere che non si può ottenere nulla senza disciplina, impegno regolare e la buona volontà di dedicare ogni giorno un po' di tempo per avvicinarsi a Dio, per liberare le forze dell'anima che sono spesso dormienti e nascoste, e connettersi ai raggi dell'energia divina. Questo può avvenire solo attraverso la disciplina e la pratica regolare, preferibilmente sempre alla stessa ora. Comunque non si può stabilire una regola valida per tutti, senza eccezioni. Per alcuni sarebbe forse meglio un impegno più flessibile, ma solo quando, nonostante la flessibilità, non viene mai saltato un giorno, e solo il luogo e l'ora possono variare. In generale, la regolarità presenta comunque dei vantaggi.
4. Gli esseri umani hanno difficoltà a concentrarsi. Spesso, i miei amici si sono accorti di come, in un primo momento, i pensieri vaghino e qualcosa di banale si metta in mezzo. Alla fine si sentono così scoraggiati da perdere il filo. Come ho detto spesso, è importante non lasciare che queste interruzioni vi infastidiscano, vi confondano e vi disorientino. Non chiedete subito troppo a voi stessi, ma riprendete la vostra pratica in modo tranquillo e rilassato. Dopo un po' di tempo, riuscirete a raggiungere una certa continuità e concentrazione. Questa è la preghiera. Non dimenticate, come spesso fanno gli esseri umani, di chiedere continuamente aiuto a Dio. Non v'immaginate nemmeno quanto vi sarà d'aiuto. Potete dire: "Aiutami a imparare la vera preghiera e la vera meditazione". In qualsiasi momento, quando vi sentite confusi, chiedete aiuto. Anche qui valgono le parole: "Bussate e vi sarà aperto".
5. La concentrazione nella preghiera è benefica non solo come esercizio, ma anche perché ogni pensiero crea una forma. Con i pensieri di preghiera si creano forme armoniose, tali che il 'pensiero-preghiera' attiverà energie positive ancor prima di imparare il 'sentimento-preghiera', o meditazione. Le forme-pensiero, sebbene non abbiano la stessa forza delle forme-sentimento, possono comunque manifestare la loro propria grandezza quando provengono da un cuore grande, privo di auto-inganni,

di Eva Broch Pierrakos

© 1996 The Pathwork® Foundation (Edizione 1996)

radicato nella sincera volontà.

6. Questo è il primo passo su questo particolare tratto del sentiero: la forza pura del pensiero tramite la concentrazione nella preghiera, e la liberazione delle correnti del sentimento, che portano ad una certa distensione dello spirito. Questa, poi, è la meditazione.
7. Una volta imparata in qualche misura la concentrazione nella preghiera, praticando una regolare autodisciplina per questo scopo, potreste incontrare il problema di diventare troppo meccanici. Ora che siete avanzati fino a questo punto, vi ritrovate a lottare per non cadere nell'estremo opposto della troppa disciplina, dove la preghiera diventa un impedimento. Allora sarà giunto il momento di imparare a portare la preghiera negli strati più profondi dell'anima.
8. Anche a questo punto, sono disponibili degli utili strumenti. La preghiera, come ho detto, rientra nel dominio del pensiero. Proviene da qui (indicando la testa), mentre la meditazione proviene da qui (indicando il petto), quello che io chiamo il campo spirituale dell'essere umano. Nel plesso solare è impressa l'intera immagine spirituale di una persona. Coloro che liberano da qui i loro sentimenti, determinando come e quando entrare in contatto con Dio, diventano, entro certi limiti, padroni di sé stessi superando i propri ostacoli interiori.
9. Ora vi potreste chiedere come fare ad entrare in questa vibrazione. E io vi dico: tutte le correnti interiori che vengono deviate in canali sbagliati creano ostacoli. Tutto ciò che rimane inosservato e fermenta nel subconscio, è un ostacolo. Ovunque incontriate difficoltà ad entrare in sintonia con la vibrazione, ovunque avvertiate una resistenza, potete essere sicuri della presenza, nella vostra anima, di violazioni non riconosciute a leggi spirituali. Gli unici mezzi che avete sono conoscere se stessi, esaminarsi e tirare fuori queste correnti, ma non potete farlo senza una guida esterna, un aiuto e delle istruzioni.
10. A parte questo, non si possono stabilire delle regole generali. Queste variano da persona a persona. Bisogna individuare il punto esatto dentro di voi in cui avvertire le vibrazioni. Non serve aspettarsi che questo accada immediatamente, né tutte le volte. Una volta ogni tanto gli influssi spirituali possono sollevare un essere umano ad una vibrazione più elevata, anche se ostacoli interiori sono ancora presenti nell'anima, ma queste intromissioni sono rare. Non dovrete liquidare tutta la questione dicendo: "Non riesco a restare sempre in sintonia; per riuscirci devo sentirmi nello stato d'animo adatto". La 'sintonia' infatti, non dovrebbe più dipendere dagli stati d'animo. Occorre tenerli sotto controllo, e questo non è possibile senza coltivare sistematicamente il vostro spirito e il vostro sviluppo. Avrete bisogno di diventare il maestro di voi stessi, non lasciarvi dominare dagli stati d'animo, né dipendere da loro per avere quel tipo di contatto con Dio che pervade l'intero essere. Questo è lo scopo di questo sentiero, questa la meta che, tuttavia, non potete pretendere di raggiungere subito. Su questo sentiero, avvanzerete al punto in cui sarete voi a determinare quando le forze pure saranno pronte a muoversi liberamente da dentro di voi. Questa meta può essere raggiunta soltanto seguendo un cammino lento e laborioso. Pregate anche per questo. Il Cristo vi aiuterà in modo molto specifico. Chiunque si rivolga a Lui riceverà aiuto, poiché Lui ve lo ha promesso.
11. Vi sono diversi modi per liberare le forze dell'anima: per alcuni può essere utile ricordare l'ultima volta in cui hanno provato una forte vibrazione che li ha connessi a Dio. Forse, rievocandola con la loro immaginazione, possono riviverla emotivamente. Per altri può essere più facile connettersi con l'aiuto di uno specifico passaggio della Bibbia, una determinata preghiera, o una legge spirituale. I modi possono variare, e ciascuno di voi ha bisogno di esplorare personalmente il proprio individuale punto di contatto. La cosa migliore di tutte è la vittoria su voi stessi, una comprensione del sé che sia reale, completa e generosa. Quando superate una resistenza, vi aprite alla volontà e alla verità di Dio. Tale vittoria rilascia molte forze e genera meravigliose vibrazioni che conducono alla meditazione, anche se all'inizio non riuscirete a farla ogni giorno. In un'altra occasione vi parlerò più a fondo della preghiera dell'anima, o meditazione.
12. Oggi vorrei mantenere la promessa che vi ho fatto qualche tempo fa, cioè di condividere con voi una nuova interpretazione, o meditazione, sul Padre Nostro.

13. Una volta vi parlai del significato di questa preghiera e del modo di meditare su di essa. Ci sono tante possibilità e modi di farlo. A quel tempo vi parlai in termini generali. Stasera voglio proporvela sotto una luce differente, e mostrarvi come meditare su questa preghiera – cosa che può facilmente prendervi anche un'ora di tempo – e trovarvi qualsiasi cosa possa servirvi in qualunque momento, poiché in essa è contenuto tutto. Vi mostrerò come la preghiera possa essere applicata ad ogni caso personale e come possa risolvere ogni vostro problema.
14. **PADRE NOSTRO.** Quando pensate al significato di queste parole, presumibilmente immaginate Dio come padre di tutti gli esseri. Ma, nel dire molto intimamente queste parole a voi stessi, cercate di meditare su come la paternità di Dio si applichi anche a quelle persone che non vi piacciono, delle quali non vi curate, verso le quali provate resistenza, o con le quali state forse litigando. Non deve trattarsi per forza di un sentimento di odio, è sufficiente essere irritati con qualcuno. Entrate nel vostro silenzio e riflettete sul fatto che essi sono tutti figli di Dio. Definirvi figli di Dio è giustificato solo nel momento in cui consentite a coloro che vi causano spiacevoli emozioni, di essere anch'essi figli di Dio, proprio come voi. Se riuscirete a farlo, il vostro atteggiamento, e di conseguenza anche i vostri sentimenti, subiranno un sottile cambiamento e vi sentirete più rilassati e liberi.
15. All'inizio può essere difficile e si può formare della resistenza, perché le vostre emozioni non sono sempre disposte a cambiare. Ogni volta che provate forti emozioni negative, di qualunque genere, deve esistere uno stretto nodo dentro di voi. Prendete questa resistenza come un segnale che vi dice quanto sia importante sciogliere questo nodo. Se nutrite emozioni negative, in voi deve esserci qualcosa di irrisolto, a prescindere da quanto sia in torto l'altra persona. Dopo questa intuizione, nasce la volontà di raddrizzare ciò che è storto in voi, e la disponibilità a fare nuove scoperte, ricevere nuove ispirazioni e insegnamenti. A quel punto, vi verranno dati anche mezzi pratici per liberarvi da quello stato negativo irrisolto. Chiedetelo, desideratelo e improvvisamente, mentre meditate sul profondo significato di queste parole e su come metterle in pratica nella vostra vita, una forte pressione vi sarà tolta dal petto; vi sentirete come se foste stati liberati da un peso.
16. Provate anche in un altro modo: ignorate tutto quello che vi dà fastidio negli altri e visualizzate la loro perfezione. Cercate di riconoscere come e dove la scintilla divina si manifesta attraverso di loro. Ricordate sempre che chi cerca, trova. Scoprirete delle qualità che mostrano chiaramente il loro sé superiore, e che danno loro il diritto di essere considerati figli di Dio.
17. È davvero importante tirare una linea di separazione tra il sé superiore e quello inferiore, per designare ciò che appartiene a ciascuno dei due. Il sé superiore è eterno, immortale e fa parte di Dio. Il sé inferiore è temporaneo e non appartiene alla vera realtà. Non fate questo soltanto con gli altri. Iniziate da voi stessi, perché se riuscirete a distinguere questi due sé dentro di voi, non vi sarà poi più così difficile amare il vostro prossimo, e troverete molto più facile riconoscere in chi non vi piace, un vostro fratello o sorella. In quel modo, voi permetterete al vostro sé superiore di unirsi a quello degli altri. Tutto questo è contenuto nelle prime due parole della preghiera 'Padre Nostro'.
18. **CHE SEI NEI CIELI.** Il cielo è dentro di voi, non all'esterno. Cercatelo quindi in voi stessi, trovate la vostra perfezione, che già esiste, anche se forse velata e nascosta. E cercate il Cielo, cercate Dio nell'anima del prossimo, anche in colui che rifiutate, perché solo così potrete trovare l'eterno Dio vivente.
19. **SIA SANTIFICATO IL TUO NOME.** Voi santificate il nome del Padre cercando di capire le Sue leggi e di seguirle. Infatti, per ogni modalità di vita esiste una legge spirituale. Quando siete confusi a causa dei problemi della vostra vita, significa che non avete ancora individuato l'appropriata legge spirituale. Quando dite: "Sia santificato il Tuo nome", ponetevi interiormente la domanda: "Dove sono le mie difficoltà, e quali sono i miei problemi? Di sicuro, anche senza saperlo, sto violando una legge spirituale e non voglio più farlo". Chiedete a Dio di aiutarvi a capire quale legge state violando. ChiedeteGli di darvi una risposta, e imparerete a stabilire una comunicazione personale, mediante la quale santificherete veramente il Suo nome. Poiché, quando osservate i vostri problemi con sincerità, con onestà di cuore, allora riceverete la risposta. Forse non arriverà in quello stesso momento, ma se

sarete attenti e aperti, la vita ve la porterà.

20. **VENGA IL TUO REGNO.** Quando santificate il nome di Dio seguendo tutte le leggi spirituali, voi portate anche il Suo regno più vicino a voi, poiché esso è dentro di voi. Voi di solito pensate, ammesso che vi capiti di pensarci, che il regno di Dio sia là fuori da qualche parte, che discenderà sulla Terra e che tutto quel che dovrete fare sarà di recarvi là dove si sarà manifestato, ed entrarvi. Queste sono le solite vaghe idee sul regno di Dio, false forme-pensiero che fate sorgere dalla vostra immaginazione. Il regno di Dio dovrete crearlo dentro di voi, e questo può avvenire soltanto quando concluderete con successo questa scuola, imparando a conoscere e ad applicare le leggi spirituali.
21. **SIA FATTA LA TUA VOLONTÀ.** Non ho bisogno di dilungarmi su questo punto, avendone parlato così tante volte in passato, ma voglio sottolineare ancora una volta quanto sia difficile, per la maggior parte della gente, applicare queste parole a livello personale. Voi sostenete di non sapere quale sia la volontà di Dio e che se la conosceste, la seguireste. Vi ho detto che chiunque si sforzi di entrare in contatto con il mondo divino per scoprire quale sia la Sua volontà, e poi di seguirla incondizionatamente, anche quando avete ancora un dubbio, allora riceverà la risposta. E piuttosto che cercare di arrovellarvi il cervello per sapere come seguire la volontà di Dio lì dove vi sentite insicuri, rivolgetevi a quelle aree in voi un cui non cercate nessuna risposta, perchè questa è per voi ovvia appena iniziate a pensare.
22. Tutti voi potete star certi che la volontà di Dio sia quella di seguire il sentiero della perfezione, in qualsiasi modo vi si offra. Potete esser ben sicuri che la volontà di Dio sia di guardare a voi stessi onestamente, piuttosto che scegliere la soluzione, molto più comoda, di respingere tutto ciò che vi crea disagio, di criticare gli altri e le circostanze per evitare di cercare in voi quel che non v'è.
23. Osservate bene tutto ciò che dentro vi causa resistenza, e siate certi che quando vi sentite in disarmonia, avete violato una legge divina. Nessun torto o errore di un altro essere umano potrebbe causarvi sensazioni sgradevoli, se anche in voi non vi fosse qualcosa che non va. La risposta quindi sarà che non siete riusciti a fare la volontà di Dio.
24. Per alcuni, le emozioni sgradevoli potrebbero assumere la forma di generali dubbi religiosi, che in ultima analisi sono connessi a problemi personali; per altri, le cause potrebbero essere più direttamente di natura personale. Ma ogni volta che provate un senso di pesantezza, di rabbia, di resistenza, di paura, o qualsiasi altra disarmonia, sarà il segnale che qualcosa in voi non è del tutto in ordine, altrimenti non potrebbe esserci così tanta oscurità in alcune situazioni della vostra vita. Se vi sforzerete con tutto il cuore di trovare una risposta, prima o poi arriverà, anche se ci metterà un po' di tempo. Se pregate per avere una risposta per fare la volontà di Dio, vi arriverà. Non abbiate paura, giacché la volontà divina è sempre saggia e amorevole e conduce alla felicità, anche se la transizione è una lotta. Quindi, domandatevi: "Sono sicuro di voler seguire la volontà di Dio, anche se in un primo momento non mi piacerà?" Vi ho offerto un'intera lezione su questo argomento e potrete utilizzarla a questo riguardo.
25. **COME IN CIELO, COSI' IN TERRA** Che cosa significa? Che cos'è il Cielo? Che cosa la Terra? Non è un po' sciocco, per voi esseri umani, dire una preghiera in cui si chiede che la volontà divina sia fatta in Cielo, che nella mente di qualcuno è da qualche parte là fuori? Se il Cielo fosse là fuori, sarebbero necessarie le vostre preghiere perchè la volontà di Dio sia fatta lì? Potreste forse esercitare lì qualche influenza? Certamente no. Naturalmente è possibile, in certa misura, farlo sulla Terra, poiché trovandovi sul sentiero della perfezione, e tramite l'influsso che avete e la luce che diffondete, voi operate per il regno di Dio presso i vostri compagni umani.
26. Il Cielo è dentro di voi. È il vostro spirito nella sua perfezione, che attende che venga aperto un varco nelle mura del sé inferiore. Il Dio in voi si manifesterà in ogni dettaglio della vostra vita spirituale e terrena. Fino a che punto questa è già una realtà nella vostra vita? In che misura Dio non penetra ancora nel vostro essere, nelle vostre azioni, nei pensieri e nei sentimenti? Cercate, ad esempio, di immaginare questo: se vi venisse chiesto di rinunciare a qualcosa cui siete molto legati, supponendo che sia la volontà di Dio – potrebbe trattarsi anche solo di un'opinione – sareste disposti ad

- abbandonarla e prendere in considerazione che sia sbagliata? O preferite convincervi del contrario, solo perché volete che sia così?
27. Cercate di individuare in quale area della vostra vita avete questo atteggiamento. Poi guardate a voi stessi con onestà. Che cos'è più importante per voi, la verità o una convinzione a cui siete aggrappati per un motivo o per l'altro? Se la vostra convinzione è giusta, non pensate che Dio la confermerà? Ma prima deve esserci la vostra disponibilità a rinunciare. Ogni volta che provate una tesa rigidità, anche se la vostra opinione è giusta, impedito al regno dei Cieli di manifestarsi in voi. D'altro canto, dove siete in errore la verità non può penetrare. Quando le forme-pensiero non sono vere, il regno di Dio non può raggiungervi.
28. **DÀ A NOI OGGI IL NOSTRO PANE QUOTIDIANO.** Anche questa frase viene spesso ripetuta meccanicamente, senza associarvi nessun significato. La gente presume, anche se non lo pensa direttamente, che guadagnarsi il pane quotidiano non abbia nulla a che vedere con Dio. Ma in realtà vi dico, miei cari, che non si può fare nulla di buono che non sia benedetto da Dio. Senza Dio non avrete successo, non importa quanto duramente tentiate e ritentiate. Chi ha avuto qualche insegnamento spirituale, ripensando alla sua vita passata, saprà distinguere, con grande precisione, dove c'è stata o meno la benedizione divina. “Come si sente la differenza? Dove fallisco sempre? In quali aree ho sempre difficoltà? Qual è la vera ragione di questo? Che cosa ho fatto di sbagliato? In che senso ho un atteggiamento sbagliato?” Rifletteteci e affidatevi interamente a Dio.
29. Siate pronti a lasciarvi guidare per ottenere sia il vostro pane terreno che quello spirituale. Il pane spirituale viene così trascurato! Voi credete che sia meno importante di quello materiale. No, miei cari, il pane spirituale è più importante, molto più importante. Per prima cosa, è importante fare uno sforzo per ricevere il nutrimento spirituale: desideratelo! Questa è la soglia attraverso la quale tutti i problemi terreni verranno risolti, e non il contrario. Chiunque aspiri al pane spirituale ha già raggiunto un certo livello sul sentiero.
30. **E RIMETTI A NOI I NOSTRI DEBITI.** La preghiera dice: “Rimetti a noi”, non a me soltanto. Questo include tutti gli esseri umani, persino quelli che vi hanno ferito e che potreste non essere capaci di perdonare completamente. Se desiderate onestamente che Dio li perdoni, allora sarete liberati da una forma spirituale oscura dentro di voi, che attira energie nocive e influenze oscure. Pensate al significato di queste parole: Dio non dovrebbe perdonare soltanto voi e coloro che amate, ma anche quelli per i quali ancora nutrite sentimenti negativi. Spesso non vedete con chiarezza nemmeno i vostri errori. Gli esseri umani tendono a crearsi dei falsi sensi di colpa, nocivi, esagerati e ingiustificati.
31. Il processo interiore avviene così: voi vi vergognate di ammettere i vostri errori, quando questi sono giustificati, provando un sano e costruttivo pentimento che non vi sminuirebbe, né scoraggerebbe. Se chiedete perdono a Dio con questo sano pentimento, e volete davvero cambiare, sentirete di essere stati perdonati e liberati, e saprete inoltre che quel peso è stato tolto dalle vostre spalle. Questo avviene quando la volontà di cambiare e di nutrire buone intenzioni è sincera e durevole.
32. Spesso però non affrontate gli errori reali, in parte perché vorreste vedervi migliori di quello che siete, in parte perché ci vuole uno sforzo troppo grande per apportare un cambiamento interiore. Nel profondo sapete che questo non può avvenire da un giorno all'altro, né può avvenire senza impegno. Il vostro nucleo spirituale emette segnali, stimolandovi a riconoscere i vostri errori, ma il vostro sé inferiore interferisce con la sua vanità e pigrizia, facendovi assumere una colpa non reale. È come se diceste: “Vedi, io mi pento, lo ammetto, ma, in realtà, in questo caso, non sono veramente colpevole”. Queste, ovviamente, sono dinamiche inconscie che devono essere riportate alla luce. Questa è la differenza tra falso senso di colpa e vero pentimento.
33. L'esperienza di tutti coloro che percorrono un sentiero spirituale è sempre quella che, nel riconoscere il vero errore, tutti i falsi complessi di colpa che vi abbattano, si perdono automaticamente, e ci si sente istantaneamente risolti e in pace, perché la verità porta sempre alla liberazione. Aprirsi completamente ed essere determinati a superare la resistenza è uno sforzo. Così la gente ha paura di

ammettere i veri errori, creando nel proprio inconscio ogni sorta di falsi sensi di colpa che non trovano nessuna applicazione, e che nascondono altri errori che non si vogliono vedere, perchè non si è ancora pronti ad accettarsi per come si è, nella propria momentanea imperfezione. I complessi di colpa non sono reali e di conseguenza non portano mai alla liberazione. Essi creano circoli viziosi, causano pesantezza e tristezza, mentre la verità rende sempre liberi, non importa quanto spiacevole possa apparire all'inizio.

34. Esaminatevi a questo riguardo. Solo coloro che vanno oltre gli strati dell'apparenza e dell'illusione si accorgeranno di quale sia il vero errore; troveranno in che modo non avranno seguito una o più leggi spirituali, attraverso un'azione o una reazione emotiva. Sarà allora possibile chiedere perdono a Dio, compresa la richiesta di essere aiutati, e che venga loro mostrato come cambiare. Solo chi si è liberato dentro può perdonare gli altri completamente. Non potete aspettarvi il perdono se non siete del tutto pronti a perdonare gli altri. E chiunque abbia sperimentato, compreso e sentito il perdono di Dio, dovrebbe anche essere capace di perdonare se stesso. E questo ci porta alla prossima frase:
35. **COME NOI LI RIMETTIAMO AI NOSTRI DEBITORI** Quante persone recitano questa preghiera, eppure non hanno la minima intenzione di perdonare davvero. Anche qui si nasconde spesso un auto-inganno. Nonostante l'odio possa essere scomparso, il risentimento è ancora presente; se non ve ne siete liberati, non potrete neanche essere abbastanza liberi da avere esperienze spirituali. Vi è così difficile perdonare completamente perché non comprendete l'altra persona. Chiedete quindi di avere questa comprensione, chiedete l'intuizione che vi manca a questo riguardo. Se davvero volete perdonare, e non crogiolarvi nel vostro risentimento, come spesso fate, allora tutto questo vi sarà dato.
36. Voi esseri umani avete difficoltà a capire che non potete farlo da soli. Avete bisogno di aiuto. Ecco perché questa frase fa parte della preghiera, perché se fosse possibile arrivarci con la vostra sola volontà, non avreste bisogno di pregare per questo. Voi non pregate per potervi spostare da un posto all'altro; se avete gambe sane, potete farlo quando volete. Invece avete bisogno di aiuto per essere in grado di perdonare veramente. E vi serve aiuto per guardare a voi stessi in totale onestà, e conoscervi senza la maschera. Avete bisogno di aiuto per affrontare le vostre resistenze e operare un cambiamento interiore. Quindi, pregate per questo.
37. Anche questo deve essere affrontato: "Perdono veramente tutti dal profondo del mio cuore?" Quando vedete chiaramente di non riuscire ancora a farlo da soli, potete chiedere aiuto. E così capirete che non perdonare vi pesa, vi rende infelici, blocca la luce e la libertà che desiderate. Non perdonare vi danneggia molto più di quanto non danneggi coloro che non riuscite a perdonare.
38. **E NON CI INDURRE IN TENTAZIONE.** Per coloro che si sono uniti al nostro gruppo solo di recente, ripeto che ciò che viene detto abitualmente è: "Non ci indurre in tentazione". Queste parole possono dar luogo a malintesi e provocare danno. Dio, infatti, non vi induce in tentazione. Il significato è piuttosto quello di pregare Dio che vi guidi quando siete indotti in tentazione; pregare per poter essere guidati a resisterle, che possiate avere la forza e la visione per uscirne vittoriosi. Se questo è quello che visualizzate, allora potete anche dire: "Non ci indurre in tentazione". Le parole non hanno grande importanza, a meno che non confondano i concetti.
39. Ora, che cos'è la tentazione? La tentazione è dentro di voi, non proviene dall'esterno. E se anche provenisse dall'esterno, non cedereste se qualcosa in voi non fosse ricettivo ad essa. Potreste, ad esempio, essere tentati di commettere un omicidio? Certamente no. Ma potete essere tentati di cedere alle vostre debolezze, di qualsiasi tipo. Per questo è importante rendervi conto che si può essere tentati, e in che modo questo è possibile. Occorre essere a conoscenza delle proprie debolezze. Fatene una lista in modo da ricordarvele. E poi chiedete di nuovo di ricevere forza e aiuto, dal momento che non potete superare le vostre debolezze da soli. La tentazione giace in quest'unico concetto.
40. Né demoni, né Satana potrebbero avvicinarsi, se non ci fosse in voi qualche risonanza. Per questo non serve pregare Dio perchè tenga Satana lontano da voi. Infatti è in voi, nel vostro sé inferiore, nella crosta che avvolge il vostro Sé perfetto, che giace il germe tramite il quale potete essere indotti in tentazione. Le forze oscure sono come strumenti che servono ad attirarlo, a portarlo alla vostra

consapevolezza, in modo che possiate affrontarlo. Se il germe del male restasse latente, se non avesse l'opportunità di manifestarsi, voi non vi avvicinereste di un passo alla perfezione, alla vera beatitudine.

41. **MA LIBERACI DAL MALE** Anche qui si applica la medesima verità. Il “male” è in voi. Se esistesse soltanto all'esterno, non potrebbe toccarvi. Fate vostro questo pensiero nella preghiera. Chiedete al Cristo di aiutarvi a superare la tentazione, in modo da potervi liberare voi stessi dal male. Solo voi potete farlo, con l'aiuto di Dio e con l'aiuto del Cristo che ve lo ha promesso. Provateci col suo aiuto. Non cercate di fare tutto da soli, non siete abbastanza forti; vi servono forza di volontà e un continuo impegno, ma il vostro potere da solo è altrettanto insufficiente quanto l'aiuto di Dio, del Cristo o di qualunque altro spirito, se manca la vostra determinazione a liberarvene. Avete bisogno sia della vostra forza di volontà che dell'aiuto di Dio. Dovete affrontare il problema da entrambe le parti: voi portate avanti il vostro lavoro, domandando di continuo l'aiuto spirituale.
42. **POICHÈ TUO È IL REGNO.** Il Regno di Dio è dentro di voi. Esso apparterrà a Dio e a nessun altro.
43. **TUA LA POTENZA.** Soltanto la potenza divina purifica, libera e illumina la verità. Vi rende capaci d'amare e di comprendere. Vi arreca gioia e vi solleva da tutta l'oscurità e l'imperfezione che vi hanno appesantito per così tante esistenze, e vi conduce alla:
44. **GLORIA**, che potrete ottenere soltanto seguendo la volontà di Dio.
45. Potrei dirvi numerose altre cose su questa preghiera, la più bella di tutte, che contiene tutto – sì, tutto ciò che vi serve per la vostra vita, ma non c'è abbastanza tempo adesso. Vi ho dato alcune indicazioni, e sarebbe bello che tutti voi che ascoltate o leggete queste parole, vi meditaste in un'ora tranquilla. Potrebbe ricevere altri pensieri e sentimenti su come applicarle in modo specifico alla vostra vita. Questa è quindi una preghiera vivente, quando il significato di ogni parola si espande man mano che le interpretazioni vi diventano più chiare, e notate come siete già capaci di applicare l'essenza della preghiera in alcuni ambiti della vostra vita, e non ancora in altri.
46. Se cercate di vivere in questo modo, miei cari, troverete la felicità, e alla fine tutti i problemi spariranno. All'inizio ce ne saranno, è vero, ma come necessaria medicina. Acquisirete sempre più padronanza su voi stessi e di conseguenza padronanza sulla vita, invece di subirla. Ponetevi la domanda: “Quanto sono felice?” Potete essere certi che, nella stessa misura in cui siete felici, potrete rendere felice anche un'altra persona, e molte altre. E che, nella misura in cui la felicità vi manca, non potrete rendere felici gli altri, come farete un giorno continuando a seguire questo cammino verso l'alto. Esaminarvi circa la vostra felicità è un semplice criterio di valutazione, o barometro, per mezzo del quale potete misurare quanta felicità siete in grado di dare. Se siete pieni del desiderio di rendere felici gli altri, allora Dio ve ne darà l'opportunità e questo sarà il modo in cui verrete benedetti dalla vera felicità.
47. Ed ora, miei cari, sono pronto per le vostre domande.
48. **DOMANDA:** È giusto che un medium ricavi di che vivere dal suo compito? Ci sono diverse opinioni al riguardo. Sebbene sia chiaro che un medium debba guadagnarsi da vivere esattamente come tutti gli altri – e se lo facesse per mezzo in un qualunque altro modo, potrebbe non avere abbastanza tempo disponibile per portare avanti il suo compito, che spesso è importantissimo – tuttavia diverse fonti spirituali affermano che questo non dovrebbe accadere. Quindi qui c'è un problema. Che cosa ci puoi dire a riguardo?
49. **RISPOSTA:** Ecco quel che ho da dire: se ogni medium ancora in fase di formazione sapesse di poter guadagnare attraverso il suo compito, cioè se una persona contasse su questo fatto fin dall'inizio, di questo dono si farebbe ancor più cattivo uso e abuso di quanto già non accada. Anche per una persona onesta e piena di buona volontà, la tentazione sarebbe troppo grande. Quindi gli spiriti divini sono molto cauti a questo proposito, e di solito è bene che un essere umano si accosti a questo compito pensando che non porterà in nessun caso ad un guadagno personale. Ma aggiungerò questo: un medium dovrebbe offrire gratuitamente il suo servizio per almeno tre, cinque anni, prima di

incominciare a trarre di che vivere dal suo compito. Durante gli anni di formazione, il mondo spirituale ha l'opportunità di osservare se la persona è veramente tagliata per il suo compito. In caso contrario, gli spiriti invariabilmente si ritireranno. Il denaro, dopotutto, è soltanto uno dei numerosi ostacoli che possono causare il fallimento della gente. Tuttavia, se qualcuno si rivela capace di adempiere al suo compito, il denaro non sarà più un intralcio e non influenzerà la persona, né contaminerà il suo lavoro. Così, dovrebbero trascorrere almeno da tre a cinque anni.

50. E se tutto funziona bene, se la dimensione spirituale non si ritira, allora giungerà una guida dall'esterno e ci saranno segnali ad indicare che è giunto il momento di accettare un compenso. Succederà esattamente come nella situazione precedente, quando la guida suggeriva al medium che era giunta l'ora di canalizzare anche per altre persone, allo scopo di aiutarle. Ci vuole tempo anche per questo, a seconda del progresso della persona, e durante il periodo di formazione verranno dati diversi segnali di 'via libera'. Naturalmente, alcuni non hanno bisogno di guadagnarsi da vivere con la medianità, perché hanno abbastanza. Se così non fosse, il mondo divino farà in modo che la persona in formazione abbia mezzi sufficienti per vivere.
51. In linea di principio, affermare che un medium non dovrebbe essere ricompensato, guadagnandosi da vivere con le sue canalizzazioni, è naturalmente del tutto ingiustificato, poichè egli ha investito nella sua attività molto tempo, sforzo ed energia quanto ogni altro professionista – e spesso anche di più. Ugualmente ingiustificato sarebbe presumere che debba trattarsi di un impostore e che le sue comunicazioni non provengano da entità divine, semplicemente perché accetta del denaro. Se siete in cerca di una scusa per non credere, ne troverete sempre qualcuna – e ne troverete altre se il medium non accettasse alcun compenso. In fin dei conti, un medium può benissimo non essere in contatto con spiriti non collegati alle alte sfere spirituali, anche se non viene pagato. Ego, potere, orgoglio, desiderio di ammirazione possono essere ostacoli altrettanto grandi. Così, vedete, la faccenda non è tanto semplice. La verità uscirà allo scoperto durante il periodo di formazione, e se tutto andrà per il verso giusto, la ricompensa in denaro arriverà senza bisogno di richiederla.
52. Il periodo di formazione da tre a cinque anni, comunque, non viene utilizzato solamente per migliorare le capacità di canalizzare, ma soprattutto per concentrarsi sul cammino evolutivo del sentiero spirituale, così come vi sto insegnando. Se questo avverrà, allora il contatto rimarrà sempre sotto la protezione divina, indipendentemente dalle circostanze esterne.
53. Ovviamente il medium non dovrebbe rifiutarsi di aiutare chi è povero e non può permettersi di pagare. Ma non sarebbe neanche giusto che chi è pronto a spendere per altre cose – spesso molto meno importanti – si aspetti che il medium gli dedichi il suo tempo e il suo servizio gratuitamente, a meno che egli non sia ancora in formazione. Se in questo arco di tempo il medium lavora sul sentiero della conoscenza di sé, allora nessun interesse materiale, nessuna vanità, od ogni altro ostacolo si presenteranno sul cammino. È ovvio che nessuno può valutare la situazione dal di fuori, a meno che non conosca benissimo il medium, ma il medium stesso e Dio conosceranno la verità. E questo è ciò che conta.
54. Il medium che persegue questo tipo di formazione, attraversa un periodo molto simile ad un medico o un insegnante che frequentano l'università per anni. Il medico cura i pazienti anche senza essere pagato, ad esempio durante il suo tirocinio in ospedale, finché non ha raggiunto la competenza che gli permette di guadagnarsi una vita decorosa come medico. Una volta conseguita la laurea, potrà diventare un bravo medico, onesto e coscienzioso, pur guadagnando dalla sua attività. Se un medium è veramente capace di dare aiuto, sarebbe assurdo che dedicatesse il suo tempo e le sue energie ad un'altra professione per la quale non è qualificato, con la quale non si renderebbe utile e che lo ostacolasse nel portare avanti il compito per cui si è preparato. Sarebbe come se un medico dalla preparazione eccellente, seguisse la medicina solo come attività secondaria, poichè non è previsto che si possa guadagnare da vivere in quel modo, e sia quindi costretto a trovare un lavoro diverso per guadagnarsi il pane.
55. Ogni potenziale medium dovrebbe quindi prepararsi a lavorare per un tempo abbastanza lungo senza

essere pagato. Il mondo di Dio gli fornirà aiuto e guida, in modo che nel frattempo sarà provvisto di tutto il necessario. E quando verrà il momento, la dimensione divina aiuterà ancora una volta, ritirando lentamente dal medium l'occupazione che gli era stata fin allora necessaria.

56. E coloro che si avvalgono del suo aiuto, tempo e sforzo, in modo del tutto naturale, dovrebbero desiderare di metterlo in grado di guadagnarsi da vivere – ciascuno secondo le proprie possibilità. Questo sarebbe anche vantaggioso per loro, sotto ogni aspetto. Se sorgono dubbi su un medium solo a causa di questo, deve esserci qualcosa di sbagliato nel vostro modo di pensare, in tal caso dovrete esaminare voi stessi e ripensare alle vostre conclusioni.
57. Per concludere: il periodo di formazione dovrebbe richiedere almeno da tre a cinque anni, in alcuni casi anche di più. Dipende esclusivamente dall'intensità e la diligenza con cui il medium persegue la sua evoluzione spirituale. Quando il tempo è maturo, allora, come ho detto, gli eventi renderanno chiaro che è arrivato un nuovo segnale di 'via libera'. Comprendi, amico mio? [Sì, assolutamente.]
58. DOMANDA: Nella lezione di oggi hai detto che quando qualcosa ci pesa sul petto, dovremmo chiederci che cosa c'è in noi che non va. Ma la pesantezza potrebbe, ad esempio, essere causata dall'afflizione?
59. RISPOSTA: È possibile. Ma la questione è, quale tipo di afflizione? Un sano dispiacere non viene percepito come una pesante oppressione. Al contrario vi risolveva, vi allenta; potrei quasi dire che, nonostante l'afflizione, qualcosa di meraviglioso avvenga nel profondo. È quasi impossibile descrivere a parole i sentimenti, sempre, quindi cercate di capire e sentire ciò che intendo, di percepire la differenza fra la stretta dell'amarezza e il dispiacere che allenta l'anima. [Comprendo esattamente quello che intendi.]
60. Miei cari, ricevete la benedizione di Dio attraverso le mie mani, attraverso le mani della medium. Questa energia vuole penetrare in voi per rafforzarvi e innalzarvi. Che la benedizione divina raggiunga tutti i miei amici, vicini e lontani. Siate in Dio.



Editing di **Judith e John Saly**
Traduzione in italiano di **Simona Fossa Margutti**
Revisione non ancora effettuata
Edizione: **Febbraio 2018**

Per trovare, partecipare o ottenere informazioni sulle attività internazionali del **Pathwork®** scrivete a:

The International Pathwork® Foundation
P. O. Box 725
Madison
VA 22727, USA

visitare:

www.pathwork.org

oppure il sito italiano:

www.pathwork-ilsentiero.com

Le seguenti informazioni orientano sull'utilizzo del marchio **Pathwork®** e del materiale di queste lezioni.

Trademark/Service Mark

Pathwork® è un marchio registrato di proprietà della **Fondazione Pathwork®** (The **Pathwork® Foundation**), e non può essere usato senza l'espreso consenso scritto della Fondazione. La Fondazione può, a sua esclusiva discrezione, autorizzare altre organizzazioni o persone, come le organizzazioni affiliate e capitoli, ad utilizzare il marchio del **Pathwork®**.

Copyright

Il copyright del materiale della Guida del **Pathwork®** è di esclusiva proprietà della **Fondazione Pathwork®**. Questa lezione può essere riprodotta, in accordo con la **Pathwork®** Trademark, Service Mark e il Copyright Policy ma il testo non deve essere alterato o abbreviato in alcun modo, né può il diritto d'autore, il marchio di fabbrica, il marchio di servizio, o altri avvisi, essere rimossi. I destinatari possono essere addebitati unicamente dei costi di riproduzione e di distribuzione.

Qualsiasi persona o organizzazione che utilizzi il servizio della Fondazione del **Pathwork®** o del materiale protetto da copyright si ritiene abbia convenuto di rispettare la **Pathwork® Foundation** Trademark, il Service Mark e il Copyright Policy. Per ottenere informazioni o una copia di questa policy, si prega di contattare la Fondazione.