

UN RIMEDIO SICURO CONTRO OGNI MALE

(Archivio Assagioli - Firenze)

Vi è una cura mentale che si assicura guarisca ogni malattia che la carne possa ereditare. Sedete per una mezz'ora ogni sera, circa alle nove, e mentalmente perdonate a tutti coloro verso i quali vi sentite maldisposti e nutrite qualche rancore. Se voi temete, se avete qualche prevenzione sia pure verso un animale, perdonategli mentalmente e mandategli pensieri di amore.

Se avete accusato qualcuno di avervi usato ingiustizia, se avete parlato scorteseamente di qualcun altro, se avete criticato o biasimato un terzo, ritirate le vostre parole e chiedete nel silenzio che ciascuno di essi vi perdoni.

Se avete avuto qualche contesa con amici o parenti, se siete in lite o in contestazione con qualcuno, scrivete lettere di scusa, e troncate qualunque discussione che possa tendere a prolungare la separazione. Se un amico ferisce il vostro amor proprio con qualche atto che potrebbe sembrare scortese o cattivo dall'esterno, invece di pregare in angustia: "Signore tocca il cuore del mio amico a ciò che egli possa riconoscere quanto è stato crudele con me e divenire tenero e giusto", cambiate rotta e dite: "O Signore, io Ti ringrazio che il mio amico è tuo figlio e che egli non ha realmente (nel profondo del cuore) alcun desiderio di essere scortese o cattivo con me, né dire e fare alcuna cosa che possa dispiacermi o ferirmi", ed ecco dapprima la vostra pena vi abbandonerà e prestamente il vostro amico si manifesterà per ciò che realmente è, un figlio di Dio, pieno di cortesia, di amore e di dolcezza.

Vedete ogni cosa e ogni persona quali esse realmente sono - puro Spirito, e inviate loro i vostri più nobili pensieri di amore. Non andate mai a letto sentendo di avere un nemico al mondo.

Sorvegliatevi accuratamente, a ciò che non un solo dei vostri pensieri, né una sola vostra parola possano offendere un essere vivente. Siate pazienti, amorosi e gentili in qualsiasi circostanza. Voi potete far ciò se vi manterrete fedeli a quell'ora di silenzio, perché in essa riceverete l'aiuto necessario per superare l'egoismo dei sensi carnali.

Alla base di questo metodo di cura giace una Legge immutabile. Dio è Amore e l'Amore è manifestato nella Vita. Dio viene così manifestato in tutte le sue creazioni, e se noi dovessimo tagliar fuori l'amore di qualunque persona, taglieremmo fuori pure l'Amore di Dio, e quindi la vita che fluisce attraverso il tutto.

Quando noi, nell'allontanarci da qualcuno tagliamo le corde dell'amore che ci uniscono agli altri esseri, uomini e donne, tagliamo nello stesso tempo le vene e le arterie attraverso le quali la Vita Universale fluisce.

Allora noi diventiamo un semplice fascio di nervi tesi, tremanti e scossi dal timore, dalla debolezza, destinati a finire proprio per mancanza dell'Amore di Dio.

Ma lo Spirito Onnipresente cerca sempre di fluire in noi e di stimolare ogni nostra facoltà. Noi dobbiamo però con le nostre parole e con i nostri atti, riconoscere questa Presenza onnipresente come il fattore movente, poiché ciascuno di noi ha in sé il libero arbitrio che può tutto ricevere e tutto rigettare, Dio pure non restando escluso.

Anche l'autocondanna è un grave errore che conduce a risultati dannosi. Se vi siete accusati di ignoranza, di follia, di timore, di malattia, di ansietà, di povertà, di invidia, di gelosia e di ambizione, e se siete tristi e malinconici, chiedete perdono di tutto ciò al Padre amoroso, a cui immagine e somiglianza voi, spiritualmente, avrete la vita perfetta. Ripetete sovente a questa Divina Onnipresenza queste parole:

“Io sacrifico ora queste mie umane limitazioni a Te, o Padre! Io sono obbediente alla legge del mio essere, e riconosco che in Te io sono coraggioso e vero, forte e saggio, puro, perfetto e ricco.

Tu sei la mia potente risorsa, e io confido pienamente in Te!”

da: *UNITY*