RUDOLF STEINER

LA FORZA DEL RICORDO NASCE DALLA DENSIFICAZIONE DEL TEMPO

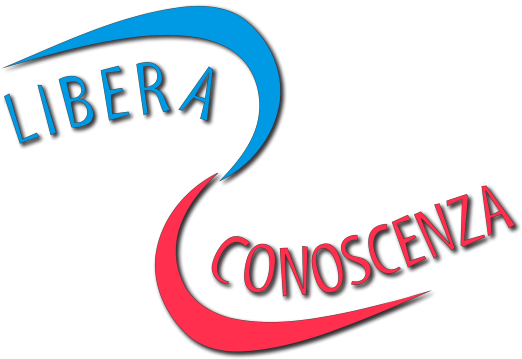
---

da oo 219
IL NESSO DEL MONDO STELLARE VERSO L'UOMO E DELL'UOMO VERSO IL MONDO STELLARE. LA COMUNIONE SPIRITUALE DELL'UMANITÀ

Traduzione di Emmelina De Renzis

Settima conferenza

Dornach, 22 dicembre 1922


LIBERA
CONOSCENZA

RUDOLF STEINER

La forza del ricordo nasce dalla densificazione del tempo[1]

(da oo 219)

Traduzione di Emmelina De Renzis

Dornach, 22 dicembre 1922

L'uomo percepisce per mezzo dei suoi sensi le cose del mondo, ma con la sua coscienza non può percepire ciò che si svolge dentro ai sensi stessi. Se nella vita ordinaria egli potesse percepire questo, non potrebbe in tal caso percepire il mondo esteriore. I sensi dunque devono rinnegare sé stessi se vogliono che l'uomo possa arrivare a conoscere

[1] da un dattiloscritto

ciò che al di fuori di essi giace nel mondo che più da vicino lo circonda sulla Terra. Se i nostri orecchi discorressero, i nostri occhi discorressero, se insomma dovessimo percepire tutti i processi che si svolgono nei nostri orecchi e occhi, non potremmo più udire ciò che è esteriormente udibile, né vedere ciò che è esteriormente visibile. Ma appunto per questo fatto l'uomo impara a conoscere il mondo che lo attornia, in quanto egli è anzitutto un essere terrestre; ma non impara a conoscere sé stesso. Per conoscere sé stesso occorre che durante questo processo di autoconoscenza sia messa a tacere la conoscenza del mondo esteriore, che dunque non si senta niente del mondo esteriore.

L'indagine spirituale scientifica ha sempre cercato di trovare dei metodi per mezzo dei quali l'uomo potesse veramente conoscere sé stesso, e voi sapete, cari amici, dalle varie conferenze che ho tenuto, che con questa introspezione io non intendo quel meditare e covare in generale sul nostro sé giornaliero, perché con questo non si arriva che a una specie di immagine riflessa del mondo

esteriore, non si impara a conoscere nulla di nuovo, ma soltanto a vedere come in uno specchio ciò che è stato sperimentato col mondo esteriore. La vera auto conoscenza, come sapete, deve riflettere seguendo dei metodi che mettono a tacere non solo l'ordinario mondo esteriore terrestre, ma facciano tacere anche l'ordinaria giornaliera interiorità animica, che del resto altro non è - per quel tanto che esiste nella vera coscienza - se non l'immagine riflessa del mondo esteriore. È per mezzo di quei metodi che troverete nel mio libro "Come si consegue la conoscenza dei mondi superiori?". Come voi sapete, l'indagine dello Spirito è progredita fino alla cosiddetta conoscenza immaginativa. Chi progredisce fino a questa conoscenza immaginativa ha indubbiamente anzitutto dinanzi a sé tutto ciò che del mondo super sensibile può presentarsi nelle immagini della conoscenza immaginativa. Ma se ha acquistato la pratica animica di poter guardare immaginativamente il mondo, egli è allora in condizione di rintracciare ciò che si svolge negli organi sensori umani. Non si potrebbe rintracciare

ciò che si svolge negli organi sensori, se in essi si svolgesse qualcosa soltanto quando si percepisce il mondo esteriore per mezzo di essi.

Se io vedo un oggetto del mondo esteriore, il mio occhio tace. Se io odo un qualsiasi insieme di suoni nel mondo esteriore, il mio orecchio tace. Vale a dire che non viene percepito il processo nell'interiorità dell'orecchio, ma viene percepito ciò che dal mondo esteriore continua ad agire dentro all'orecchio. Ma se per esempio l'orecchio eseguisse soltanto un'attività che si riferisce al mondo esteriore, finché questa percezione esteriore perdura voi non potreste mai arrivare a poter osservare il processo che si svolge sull'orecchio stesso, indipendentemente dal mondo esteriore. Voi tutti sapete che un'impressione sensoria prosegue la sua azione nei sensi a prescindere dal fatto che i sensi pure sempre collaborano, anche quando noi pensiamo vivacemente soltanto con la coscienza ordinaria.

Può succedere che noi in certo qual modo si astragga dall'intero mondo esteriore, in quanto esso

è un mondo di colore, di suono, di odore ecc. e nondimeno ci si abbandoni a ciò che nei nostri organi sensori stessi si svolge per mezzo di essi. Se arriviamo a tanto, arriviamo alla vera conoscenza degli uomini, al primo gradino di detta conoscenza. Consideriamo ora un esempio semplice: cerchiamo di comprendere chiaramente come un'impressione esercitata dal mondo esteriore sull'occhio si vada perdendo. Chi ha acquistato il dono della conoscenza immaginativa, segue allora, mentre non vede nulla all'esteriore, questo perdersi dell'impressione sensoria, vale a dire di un'azione, di un processo che occupa l'organo dei sensi come tale, senza che l'organo sensorio in quel momento sia in corrispondenza col mondo esteriore; oppure segua qualcuno che riflettendo vivacemente si può raffigurare ciò che ha veduto, la collaborazione dell'organo visivo a siffatto pensiero vivace di colori o simili. E si può fare questo per tutti i sensi. Allora ci si accorge che ciò che si svolge nei sensi degli uomini stessi non può essere che oggetto di una conoscenza immaginativa.

In certo qual modo, un mondo di immaginazioni sorge per incanto immediatamente dinanzi all'anima nostra, se noi non viviamo nel mondo esteriore ma viviamo nei sensi. E allora osserviamo come i nostri sensi stessi appartengano effettivamente a un altro mondo che non è quello che percepiamo per mezzo di essi nella nostra esistenza terrestre. Nessuno in condizione di osservare, per mezzo della conoscenza immaginativa, l'attività dei propri sensi potrà mai mettere in dubbio che l'uomo, già come essere sensorio, appartiene al mondo super sensibile.

Il mondo che si impara a conoscere quando a quel modo ci si ritira, per così dire, dal mondo esteriore e si vive nei propri sensi, è appunto quel mondo che ho descritto nella mia "Scienza Occulta" come il mondo degli Angeli, il mondo di quegli esseri che stanno a un gradino più elevato dell'uomo. Che cosa succede veramente nei nostri sensi? Possiamo vederlo se osserviamo a questo modo l'interiorità dei sensi mentre non percepiamo. Proprio come possiamo avere un ricordo di ciò che abbiamo

sperimentato anni addietro, sebbene il fatto non sia attualmente presente, così pure se possiamo osservare i sensi senza che essi percepiscano, possiamo acquistare conoscenza anche in ciò che così osserviamo. Non è da chiamarsi ricordo, perché questo ci darebbe un concetto molto inesatto, ma nondimeno in quello che così percepiamo possiamo al contempo percepire ciò che per mezzo del mondo esteriore abbiamo nei sensi in fatto di processi, quando appunto abbiamo dinanzi a noi l'intero mondo colorato, risuonante, olezzante, gustativo e palpabile.

Possiamo a questo modo penetrare in qualcosa di cui l'uomo di solito rimane incosciente, cioè l'attività dei suoi propri sensi, mentre appunto quella attività gli trasmette il mondo esteriore. E allora ci accorgiamo che il processo respiratorio, l'inspirazione dell'aria, la distribuzione dell'aria nell'organismo umano, e poi di nuovo l'espirazione, agiscono in un modo straordinario attraverso l'intero organismo. Quando inspiriamo, l'aria respirata penetra fino alle ramificazioni più sottili

dei sensi. E in queste sottili ramificazioni dei sensi il ritmo respiratorio si incontra con ciò che nella Scienza dello Spirito si usa chiamare il corpo astrale umano. Ciò che si svolge nei sensi poggia sul fatto che il corpo astrale dell'uomo sente il ritmo della respirazione. Quando udite un suono, questo si verifica perché nel vostro organo dell'udito il corpo astrale può venire a contatto con l'aria. Questo non gli può succedere con nessun altro organo dell'organismo umano; può succedergli soltanto nei sensi. I sensi sono del resto nell'uomo perché il corpo astrale possa incontrarsi con ciò che nasce nel corpo umano per mezzo del ritmo respiratorio. E questo succede non soltanto nell'organo dell'udito, ma in ogni organo dei sensi; in tutti i sensi, anche in quei sensi stendentisi sull'intero organismo, come il senso del tatto e del sentimento, succede che il corpo astrale si incontra con il ritmo della respirazione, dunque con le azioni dell'aria nel nostro organismo.

Appunto quando si osserva qualcosa di questo genere, ci si accorge in special modo quanto sia

necessario per contemplare l'intero uomo, di tener conto che egli non è solo una figura in stato di aggregato solido: egli è quasi per il 90% una colonna di acqua, e ha continuamente il ricambio dell'aria nei suoi processi interiori; egli è dunque un organismo aereo. E questo organismo aereo che si presenta vibrante e vivente, si incontra nell'organo sensorio con il corpo astrale dell'uomo. Questo si verifica indubbiamente negli organi sensori in diversissimi modi, ma in generale si può dire che questo incontro è ciò che vi ha di essenziale nel processo sensorio. Questo incontro del corpo astrale con l'aria non si può osservare dall'esteriore, senza passare per il mondo immaginativo. Indubbiamente, se si arriva alla conoscenza immaginativa si vede nell'ambiente circostante terrestre anche dell'altro che si svolge in modo che l'astrale si incontri soltanto con l'aria, ma in noi, come uomini, è appunto essenziale che l'astrale si incontri con i processi respiratori e sostanzialmente con ciò che per mezzo del processo respiratorio viene mandato attraverso l'organismo umano.

Così impariamo a conoscere anche il vibrare e la natura di quelle entità che appartengono alla gerarchia degli Angeli. Di guisa che come uomini noi dobbiamo rappresentarci soltanto che nel processo incosciente, che si svolge nella percezione sensoria, vive e vibra appunto questo mondo di esseri super sensibili e in certo qual modo entra ed esce dalle porte dei nostri sensi. Se noi udiamo, o vediamo, si tratta di un processo che non si svolge soltanto per volontà nostra, ma che appartiene anche al mondo obiettivo; esso si svolge in un mondo dentro al quale, come uomini, neppure stiamo, ma per mezzo del quale noi siamo veramente uomini, e già uomini dotati di sensi.

Quando il nostro corpo astrale, fra il destarsi e l'addormentarsi entro il campo dei nostri sensi, entra in rapporto con l'aria trasformata naturalmente per mezzo del ritmo respiratorio, impariamo a conoscere la periferia più esteriore dell'uomo. Ma possiamo salire ancora più oltre. Possiamo imparare a conoscere maggiormente l'uomo. Questo succede nel modo seguente. Questo si verifica a quel gradino

della conoscenza sopra sensibile che ho indicato nei miei libri come "conoscenza ispirata". In questa bisogna tener conto che l'uomo è soggetto allo stato alternante della veglia e del sonno. Questo stato come tale non è molto diverso dalla percezione sensoria. Anche la nostra percezione sensoria subisce un cambiamento. Noi avremmo delle percezioni, ma esse non avrebbero per la nostra coscienza un giusto significato, se non potessimo di continuo interrompere il percepire. Voi sapete già dai fatti puramente esteriori che l'abbandonarsi a lungo ad una impressione sensoria nuoce alla coscienza di questa impressione sensoria. Noi dobbiamo in certo modo sempre distaccare la mente da una singola impressione sensoria, dobbiamo dunque alternare fra un'impressione e uno stato in cui non si abbia quella impressione. E perché la nostra coscienza sia in ordine nei riguardi delle impressioni dei sensi, occorre che noi continuamente si possa ritirare i nostri sensi dalle loro impressioni, che si esplichi la nostra percezione sensibile alternandola continuamente con brevi

condizioni di pausa. Questo lo esercitiamo per lunghi tratti del nostro sperimentare, in quanto nel corso di 24 ore alterniamo continuamente fra veglia e sonno.

Voi sapete che mentre entriamo nello stato di sonno, il nostro corpo astrale e il nostro Io escono dal corpo fisico e eterico. E questo corpo astrale dunque entra durante il sonno in rapporto col mondo esteriore, mentre dal risveglio fino all'addormentarsi esso era in rapporto soltanto con ciò che si svolge nel corpo umano. Considerate bene ora questi due stati: il corpo astrale fra il risveglio e il sonno è in rapporto con ciò che si svolge entro il corpo fisico ed eterico; il corpo astrale durante il sonno fino al risveglio, è in rapporto con ciò che è il mondo esteriore; non è dunque più in rapporto con ciò che è il corpo fisico e il corpo eterico dell'uomo stesso. I campi dei sensi - mi servirò ora di un termine paradossale, ma voi capirete ciò che intendo dire - sono in noi già quasi un mondo esteriore. Considerate per esempio l'occhio umano: esso è come un essere indipendente - questo va

interpretato per via di analogia - ma esso è veramente come un essere indipendente posto in un incavo del cranio, che si prolunga verso l'interiore con relativa indipendenza. Se considerate l'occhio stesso, esso è compenetrato di vita, ma somiglia straordinariamente a un apparato fisico. Possiamo in esso caratterizzare i processi che si svolgono proprio come si possono caratterizzare in un apparato fisico. L'anima certamente abbraccia i processi che nascono a questo modo, ma si può dire che gli organi sensori o i campi sensori sono, spesso l'ho detto, come dei golfi che mandano il mondo esteriore nella nostra interiorità umana. Il mondo esteriore si prolunga in certo qual modo nei nostri sensi, e noi uomini prendiamo nel campo dei nostri sensi molto più parte al mondo esteriore che non negli altri campi del nostro organismo.

Se consideriamo un qualsiasi organo, per esempio i reni, o un altro organo interiore dell'organismo umano, non si può dire, sperimentando in sé stesso i processi di quell'organo che si prenda parte a un qualsiasi mondo esteriore. Ma mentre sperimen-

tiamo ciò che si svolge nei sensi, sperimentiamo al contempo appunto il mondo esteriore. Vi prego di fare astrazione, in proposito, dalle cose a voi note della fisiologia dei sensi ecc. Non intendo ora parlare di questo, ma soltanto dello stato di fatto accessibile all'ordinaria intelligenza umana, che veramente il processo che si svolge nei sensi può essere meglio compreso come qualcosa che dal di fuori si estende in noi, e ciò che ne facciamo, come qualcosa che operiamo interiormente per mezzo della nostra organizzazione. E perciò pure è nei sensi a un dipresso che il nostro corpo astrale è nel mondo esteriore. E in special modo quando del tutto volontariamente noi ci abbandoniamo alla percezione sensoria del mondo esteriore, il nostro corpo astrale è effettivamente quasi immerso nel mondo esteriore, non ugualmente con tutti i sensi, ma esso è quasi immerso nel mondo esteriore. Vi è completamente immerso quando dormiamo. Di guisa che il sonno è, in certo qual modo, una specie di intensificazione dell'abbandonarsi coi sensi al mondo esteriore. Quando avete gli occhi chiusi, il

vostro corpo astrale si ritira maggiormente nell'interiore della testa, esso appartiene di più a voi stessi; quando guardate verso fuori, il corpo astrale si ritira nell'occhio e prende parte al mondo esteriore. Quando poi esce completamente dal vostro organismo, voi dormite. L'abbandonarsi completamente coi sensi al mondo esteriore non è ciò che generalmente si crede, ma è una tappa sulla via dell'addormentarsi nei riguardi della caratteristica della coscienza.

Come uomo, dunque, si prende quasi parte al mondo esteriore con la percezione sensoria, durante il sonno si prende completamente parte al mondo esteriore. Allora ciò che si svolge nel mondo, in cui col corpo astrale ci troviamo fra l'addormentarsi e il risvegliarsi, può essere da noi percepito con la conoscenza ispirata. Ma con questa conoscenza ispirata si può percepire anche qualcosa d'altro, cioè il momento del risveglio e di nuovo quello del ritorno. Il momento del risveglio, in certo qual modo sebbene più intenso e più forte, si può paragonare al chiudere gli occhi. Se mi trovo dinanzi a un colore,

mi abbandono col corpo astrale a ciò che è esteriore, cioè al processo provocato dal fatto che un colore del mondo esteriore esercita una impressione sul mio occhio. Se chiudo l'occhio, ritiro il mio corpo astrale in me stesso. Se mi desto, ritiro il mio corpo astrale dal mondo esteriore, dall'intero Cosmo. L'uomo fa cioè spesso, infinitamente spesso, durante la veglia, nei riguardi per esempio degli occhi o degli orecchi col suo corpo astrale quello che - però totalmente, con l'intero organismo - fa quando si desta. Egli ritira il suo intero corpo astrale quando si desta. Questo ritirarsi del corpo astrale al risveglio rimane naturalmente incosciente per la coscienza ordinaria, così come rimane pure incosciente il processo sensorio stesso. Ma quando per colui che è dotato della conoscenza ispirata, questo momento del risveglio diventa cosciente, allora gli si palesa che questo ritorno del corpo astrale appartiene a un mondo del tutto diverso da quello in cui stiamo, e soprattutto spessissimo gli riesce di percepire quanto sia difficile per il corpo astrale ritornare nel

corpo fisico e in quello eterico: esso incontra degli ostacoli.

Si può dire che colui che comincia a percepire il processo di questo ritorno del corpo astrale nel corpo fisico e in quello eterico, sperimenta delle burrasche spirituali con ogni specie di contraccolpi. Temporali spirituali, con ripercussioni tali che dimostrano appunto che il corpo astrale si immerge in quello fisico e in quello eterico, ma che ora questi ultimi due corpi, al momento di questo immergersi del corpo astrale, non hanno l'aspetto descritto dall'anatomia e dalla fisiologia, ma essi sono qualcosa che appartiene pure al mondo spirituale. Ciò che di solito è il corpo fisico innocente e ciò che viene considerato come nebuloso corpo eterico innocente, si palesano come radicati in un mondo spirituale; in verità, il corpo fisico si presenta come qualcosa di completamente diverso da ciò che esso appare esteriormente in una riproduzione materiale, per l'occhio, o per l'ordinaria scienza.

Questa immersione del corpo astrale in quello fisico e in quello eterico può apparire in migliaia di modi diversi. Come per esempio, per così dire, se un pezzo di legno che arde si immergesse fremendo in un liquido: e questo è il modo più semplice, più astratto in cui può palesarsi da principio a colui che comincia a conoscere queste cose. Ma poi il processo si concretizza interiormente in vari modi, si spiritualizza poi per il fatto che ciò di cui la comparsa si può dapprima soltanto paragonare al rumore della burrasca, all'avvicinarsi di temporali, si compenetra di processi armonici di movimenti, i quali però in tutte le loro parti sono al contempo qualcosa di cui si deve dire: esso parla, dice qualcosa, ci comunica qualcosa. Dapprima ciò che allora viene comunicato si riveste, indubbiamente, di reminiscenze della vita ordinaria, ma questo si trasforma con il corso del tempo e si arriva a conoscere a poco a poco molto di un mondo che sta pure attorno a noi, in cui si sperimentano cose delle quali non si può dire che esse siano reminiscenze dell'ordinaria percezione, perché sono appunto di

natura affatto diversa, e con questo sperimentare si sa veramente che si ha a che fare con un altro mondo.

Allora si osserva che l'uomo, quando torna col suo corpo astrale dall'ambiente in cui si trova, e penetra nel suo corpo fisico e in quello eterico, lo fa ormai per la via del completo processo respiratorio. Il corpo astrale che è attivo nei sensi entra in contatto con le sottili ramificazioni del processo respiratorio, s'insinua in certo qual modo nei delicati ritmi coi quali il processo respiratorio prosegue nei campi sensori. Il corpo astrale, il quale al risveglio ritorna dal mondo esteriore nel corpo fisico e in quello eterico, afferra l'intero processo respiratorio, che è abbandonato a sé stesso durante il sonno. Sulla via del processo respiratorio, dei movimenti respiratori, il corpo astrale entra nel corpo fisico e in quello eterico e si estende come la respirazione stessa si estende.

La percezione ordinaria penetra al risveglio rapidamente nella percezione del mondo esteriore,

ricollega presto l'esperienza del processo respiratorio con lo sperimentare dell'assieme organico. La coscienza ispirata può separare questa forza del corpo astrale per la via del ritmo respiratorio e percepire appunto separatamente il resto del processo organico. Questo processo non si svolge naturalmente separatamente. Non soltanto in questo momento, ma in ogni momento, il movimento nell'organismo umano respiratorio sta naturalmente in intimo rapporto con gli altri processi dell'organismo. Ma con la conoscenza ispirata questo rapporto può essere separato; con essa si può seguire il corpo astrale che penetra per la via del ritmo respiratorio nel corpo fisico e si impara così a conoscere qualcosa di cui rimarremmo altrimenti completamente incoscienti. Dopo aver attraversato tutti gli stati di sentimento che sono obiettivi, non subbiettivi, e che accompagnano questo ritorno del corpo astrale, si sa che in quanto un uomo non è soltanto un essere sensorio ma è appunto un essere respiratorio, egli è radicato

in quel mondo che ho chiamato nella mia "Scienza Occulta": il mondo degli Arcangeli.

E proprio come le entità nel mondo super sensibile di un gradino superiore all'uomo sono attive nei suoi processi sensori, così le entità spirituali di due gradini superiori all'uomo sono operose nel suo processo respiratorio. Esse, in certo qual modo, vanno dentro e fuori col nostro addormentarsi e il nostro risvegliarsi.

Ora, se osserviamo questi processi ci si affaccia qualcosa di importante per la vita umana. Se noi non avessimo una vita interrotta dal sonno si riceverebbero le impressioni, ma queste non si manterrebbero che brevemente. Noi non potremmo sviluppare una capacità di memoria duratura. Voi conoscete già l'evanescenza delle immagini dei sensi. Comunque, ciò che viene stimolato più profondamente nell'organismo agisce più lungamente, ma non agirebbe che per pochi giorni se noi non si dormisse. Che cosa succede veramente nel sonno? Vi devo ricordare quello che già ho detto

in altre occasioni[2] , cioè che l'uomo effettivamente, fra l'addormentarsi e il risvegliarsi, rivive a ritroso col suo corpo astrale e il suo Io ciò che ha sperimentato nel mondo fisico nell'ultimo periodo di veglia. Supponiamo una regolare veglia e un sonno regolare - succede lo stesso anche se sono irregolari - ma supponiamo di svegliarci la mattina, di occuparci durante la giornata; andiamo la sera a riposare e dormiamo la notte durante circa un terzo del tempo in cui siamo stati desti; un uomo siffatto sperimenta dunque fra il risveglio e l'addormentarsi una serie di esperienze, le esperienze della giornata. Egli sperimenta durante il sonno veramente a ritroso ciò che egli ha sperimentato durante il giorno. E la vita del sonno si svolge a ritroso più rapidamente, di guisa che un terzo del tempo è sufficiente. Orbene, che cosa veramente è successo? Se per esempio vi dovesse succedere di dormire secondo le leggi del mondo fisico - il corpo è naturale che dorma secondo le leggi del mondo

[2] oo 218 Nessi spirituali nella formazione dell'organismo umano - 20 ottobre 1922

fisico, non è di quello che intendo parlare - ma se succedesse che il vostro Io e il vostro corpo astrale, mentre si trovano al di fuori del corpo fisico e di quello eterico, dormissero secondo le leggi del mondo fisico, quelle medesime leggi secondo le quali di giorno siete desti, allora non potrebbero compiere quel movimento, perché dovreste semplicemente procedere più oltre con il tempo. Ma siamo soggetti a leggi affatto diverse quando col nostro Io e col nostro corpo astrale stiamo al di fuori del corpo fisico e del corpo eterico.

Ma considerato dal di fuori di che cosa si tratta veramente? Ora riflettete, oggi è il 22 dicembre, stamani destandovi avete trovato la mattina del 22 dicembre. Ora se vi addormentate e domani vi risvegliate, vi troverete con le esperienze della vita a ritroso, alla mattina del 22 dicembre. Avete dunque compiuto un processo interiormente, per mezzo del quale vi siete voltati indietro. In quanto risvegliandovi il 23 dicembre, siete arrivati con questo processo alla mattina del 22 dicembre. Voi vi destate. In quel momento siete costretti, poiché ora

il vostro corpo astrale, contrariamente alle leggi che ha seguito fra il vostro addormentarvi e il vostro risveglio, fa un salto e torna nel vostro corpo nell'ordinario mondo fisico: In quel momento siete costretti nell'interno vostro essere animico, col vostro Io e col vostro corpo astrale, a procedere rapidamente alla mattina del 23 dicembre. Questo processo lo eseguite effettivamente nella vostra interiorità. Vi prego di accogliere ciò che ora vi dico con completa serietà, vale a dire col suo pieno significato. Se, per esempio, in un recipiente ben chiuso per mezzo di un congegno qualsiasi, avete un corpo gassoso, lo potete concentrare: esso diventerà sempre più e più denso. Questo è un processo spaziale. Ma lo si può paragonare, naturalmente soltanto paragonare, con ciò che ora vi ho descritto. Voi tornate indietro col vostro Io e vostro corpo astrale fino alla mattina del 22 dicembre e al momento del risveglio saltate rapidamente alla mattina del 23 dicembre. Voi spingete avanti il vostro essere animico nel tempo. Questa è una densificazione del tempo, e per parlare più

precisamente, di ciò che vive nel tempo. E per mezzo di questo processo il nostro elemento animico, il nostro corpo astrale diventa talmente densificato nel tempo, che porta le impressioni del mondo esteriore non soltanto brevemente, ma come memoria duratura. Come un qualsiasi gas che voi densificate esercita una maggiore pressione, ha dunque interiormente maggior forza, così il vostro corpo astrale consegue appunto la maggior forza del ricordo, la maggior forza della memoria, per mezzo di questa interiore densificazione nel tempo.

Si ottiene a questo modo una rappresentazione di qualcosa che veramente altrimenti sempre ci sfugge. Ci si rappresenta il tempo come qualcosa che scorre innanzi regolarmente. E tutto ciò che si svolge nel tempo scorre pure regolarmente innanzi con il tempo. Per lo spazio si sa che ciò che è disteso nello spazio può venir densificato, cresce la sua interiore forza di espansione, ma anche ciò che vive nel tempo, cioè l'elemento animico, può - per via di analogia - venire densificato, allora accresce la sua forza interiore. E per l'uomo una di queste forze è la

forza della memoria. Questa forza della memoria ci viene veramente dai processi che si svolgono durante il nostro sonno. Da quando ci addormentiamo fino al risveglio ci troviamo nel mondo degli Arcangeli e insieme con gli esseri di quella Gerarchia elaboriamo questa forza della nostra memoria. Come elaboriamo la forza della percezione sensoria e la combinazione delle percezioni sensorie insieme con le entità della Gerarchia degli Angeli, così pure elaboriamo questa forza più interiormente e maggiormente dipendente dal centro, cioè la forza della memoria insieme col mondo degli Arcangeli.

Non esiste una vera conoscenza dell'uomo nel senso nebuloso e mistico di covare su sé stessi: una vera conoscenza dell'uomo con ogni passo che si procede nell'interiorità conduce subito in alto nei mondi superiori. Abbiamo parlato oggi di due passi siffatti. Se si considera il campo dei sensi, si sta nel campo degli Angeli; se si considera il campo della memoria, si sta nel campo degli Arcangeli. L'autoconoscenza significa al contempo conoscenza degli Dèi,

conoscenza dello Spirito, perché ogni passo che conduce nell'interiorità umana conduce al contempo entro il Mondo Spirituale. E per quanto più profondamente si penetra nell'interiorità, tanto più in alto si sale nel mondo delle entità spirituali. La conoscenza di sé stesso è vera conoscenza del mondo, cioè del contenuto spirituale del mondo, purché questa autoconoscenza sia veramente seria.

Di nuovo, da queste considerazioni, voi potete vedere perché negli antichi tempi in cui i popoli orientali praticavano un genere istintivo di visione spirituale, essi si sforzavano per mezzo di speciali esercizi di respirazione, di rendere cosciente il processo respiratorio. Difatti, appena il processo respiratorio diventa cosciente, si penetra in un Mondo Spirituale.

Non occorre oggi che io ripeta che quegli antichi esercizi non sono adatti per gli uomini odierni, dei quali la costituzione è molto trasformata, ma devono essere rimpiazzati da altri, che troverete descritti nei libri già citati. Ma per ambo i generi di

conoscenza, per quella cioè dell'antica chiaroveggenza mistica e per la conoscenza della nuova chiaroveggenza esatta, vale il fatto che per mezzo della vera osservazione di quei processi che si svolgono interiormente nell'interiorità dell'uomo, si penetra subito nel Mondo Spirituale.

Vi sono degli uomini che dicono: ma in questo modo si penetra in ciò che non è spirituale poiché si vogliono investigare i sensi e i processi respiratori. Molti uomini, rispetto a un misticismo nebuloso, chiamano questa perfino un'autoconoscenza materialistica. Basta provare per persuadersi del contrario. Si vedrà che il processo sensorio diviene subito spirituale, quando si impara veramente a conoscerlo e che non si tratta che di una illusione se lo si considera come un processo materiale. Così pure il processo respiratorio, il quale è un processo materiale soltanto se considerato dal di fuori. Considerato dall'interiore, esso è del tutto un processo che si svolge in un mondo molto più elevato di quello che percepiamo per mezzo dei nostri sensi.