

Concentrarsi sugli sforzi costruttivi consapevoli

La Scuola accompagna gli studenti a sviluppare l'abitudine di concentrarsi sugli sforzi costruttivi *consapevolmente* realizzati, in ogni nazione, per il bene dell'umanità e dei vari regni della natura, e riassumerli nel lavoro scritto mensile. Questo compito rappresenta una sfida per gli studenti che non siano abituati a focalizzare il corpo mentale in questo modo. Perché è così importante riconoscere gli sforzi costruttivi, e perché sottolineammo la parola *consapevolmente*?

Ai nuovi studenti della Scuola viene trasmesso che l'esoterismo non è solo una linea di studio, ma soprattutto deve diventare un modo di vivere. Inoltre, per assicurare la continua espansione della coscienza, la formazione nel campo delle scienze esoteriche deve includere tre elementi interdipendenti: la meditazione, lo studio e il servizio. La meditazione permette di controllare la mente e renderla ricettiva all'impressione dell'Anima. Lo studio dirige la mente ai principi spirituali e ci permette di capire le leggi spirituali e la loro applicazione nella vita di tutti i giorni. Il servizio è un'espressione costruttiva, ed è indispensabile per utilizzare le energie spirituali contattate con la meditazione e lo studio in modo sicuro. *Il servizio è la chiave della vita del discepolato.*

Quindi concentrarsi sugli sforzi costruttivi consapevolmente realizzati da altri servitori in tutto il mondo insegna allo studente a riconoscere che cosa è il servizio, rendersi conto che ci sono molti modi di servire e diventare consapevole dell'estensione della buona volontà in azione nel mondo. Inoltre, questo esercizio conduce lo studente a concentrarsi meno su sé stesso e il proprio sviluppo, acquisire un maggior senso di coscienza di gruppo e del lavoro di gruppo, e collegarsi con il gruppo di servitori del mondo. Un ulteriore vantaggio di questa connessione cosciente con il lavoro dei servitori del mondo si basa sulla massima che "l'energia segue il pensiero". Quando focalizziamo l'attenzione su alcuni specifici sforzi costruttivi, mandiamo un flusso di energia a questi sforzi, dando loro il nostro sostegno. In questo modo lo studente comincia a servire attraverso il pensiero chiaro e focalizzato.

Per trarre massimo beneficio di questa pratica spirituale, viene chiesto agli studenti di scegliere un individuo, un gruppo o un'organizzazione ogni mese e descrivere in dettaglio il servizio che essi svolgono. Tale specificità è importante. Una riflessione generale del tipo "mi sono reso conto che vi è una tendenza verso una maggiore cooperazione internazionale" non è molto istruttiva, e non avrà un profondo impatto. In sostanza, non stiamo facendo una connessione cosciente con il Nuovo Gruppo di Servitori del Mondo e l'energia generata sarà dispersa immediatamente.

La seconda parte dell'esercizio sul riconoscimento degli sforzi costruttivi consapevoli ci chiede di riflettere profondamente sui significati meno apparenti. Dopo aver individuato una persona o un gruppo in particolare e identificato lo sforzo specifico che realizza, la domanda successiva da porsi è: "Qual è l'impulso dell'Anima o energia che questa persona o gruppo esprime o cerca di manifestare?" Questa domanda ha lo scopo di aiutare gli studenti a pensare in termini di energie e forze. Tutte le azioni *consapevolmente* costruttive sono motivate da un impulso dell'Anima e esprimono certe energie di raggio. Queste energie sono concentrate, attraverso un atto di volontà, in una forma mentale che si manifesta in un servizio specifico. Così, in questa seconda parte di questo esercizio, lo studente deve chiedersi: "Qual è l'impulso dell'Anima al centro di questo sforzo costruttivo?"

Alcuni esempi includono: raggiungere l'armonia tramite conflitto, insegnare o trasmettere agli altri un aspetto dell'amore, stabilire giusti rapporti, illuminare o portare ordine ad una situazione caotica, ecc. C'è

sempre un impulso spirituale dietro ogni sforzo costruttivo; imparare ad osservarlo ci aiuta a sviluppare l'intuizione spirituale, valido alleato in questo lavoro.

Una volta che si è in grado di discernere gli impulsi spirituali che stanno dietro le attività di servizio nel mondo esterno, diventa molto più facile scoprire gli impulsi spirituali che si presentano all'interno di sé stessi e comprendere come esprimerli praticamente nel nostro ambiente. Ciascuno di noi incarna con un particolare proposito dell'Anima, e questo esercizio può aiutarci a scoprire questo proposito, oltre a fornire supporto ad altri servitori in tutto il mondo nell'opera di ristabilire il Piano sulla Terra.