

SPINOZA 3 - Cosa Accade Davvero Quando lo Spirito Lascia il Corpo



La tecnica

L'umanità teme la morte, scrisse a Schuller, perché la vive come qualcosa che accade, non come un passaggio che si può affrontare con consapevolezza. È come lasciarsi trascinare dalla corrente, invece di nuotare scegliendo la direzione.

La prima tecnica

Spinoza sviluppò una tecnica chiamata “**distacco progressivo**”. Consisteva nell'allenare la coscienza a non identificarsi con il corpo e i pensieri, pur restando lucidi e presenti. Invitava a osservare sensazioni e pensieri come fenomeni esterni, con lo stesso distacco di uno scienziato che studia una pianta.

La pratica si svolgeva ogni giorno, iniziando con dieci minuti e aumentando gradualmente la durata. L'obiettivo non era bloccare pensieri o emozioni, ma imparare a vederli da una prospettiva più ampia, senza farsi coinvolgere.

Solo così, diceva, si può scoprire chi si è davvero, al di là del corpo, delle emozioni e dei pensieri abituali.

Seconda tecnica: espansione della coscienza Spinoza insegnava a espandere la coscienza oltre il corpo. Si iniziava immaginando che la coscienza fosse un campo di energia racchiuso nel corpo, poi si praticava l'espansione: prima intorno al corpo, poi nella stanza, nella casa, nel quartiere, fino a includere l'intera città. L'idea era sentirsi quel campo di consapevolezza, non il corpo fisico. Questa pratica aiutava a prepararsi all'esistenza oltre il corpo e migliorava anche la vita quotidiana. I praticanti più esperti riportavano maggiore intuizione, empatia e, a volte, persino percezioni del futuro.

La terza tecnica era il dialogo con la **coscienza liberata**. Spinoza insegnava come comunicare consapevolmente con parti della propria coscienza che vanno oltre i limiti fisici. In pratica, si trattava di imparare a dialogare con la propria versione dopo la morte.

Secondo lui, tutti possediamo aspetti della coscienza che trascendono tempo e spazio. Di solito li percepiamo solo in modo inconscio, attraverso sogni o intuizioni, ma è possibile sviluppare un contatto consapevole e continuo con questi aspetti. La tecnica prevedeva uno stato meditativo profondo, in cui si formulavano domande alla propria coscienza espansa e si attendevano le risposte in silenzio.

Le risposte non arrivavano come parole o immagini, ma come comprensioni improvise nella mente. Spinoza descriveva questa esperienza come avere accesso a un consigliere saggio che conosce la nostra vita, il futuro e le lezioni da imparare. Questo consigliere siamo noi stessi, ma visti da una prospettiva più ampia.

Quarta tecnica: uscita cosciente dal corpo Spinoza imparava a separare la coscienza dal corpo per brevi periodi, sempre con la capacità di tornare. Era fondamentale farlo gradualmente e con l'intento chiaro di rientrare. Lo scopo non era fuggire dalla vita, ma conoscere stati di coscienza utili per affrontare la morte con serenità.

Si iniziava rilassando profondamente il corpo, poi concentrando la coscienza in un punto immaginario sopra la testa. Con la pratica, si imparava a percepire da lì, osservando il corpo dall'esterno. All'inizio poteva sembrare strano o spaventoso, ma col tempo diventava naturale. Si scopriva che la coscienza non è confinata nel corpo fisico.

Quinta tecnica: della transizione finale. Questa pratica era riservata a chi aveva già padroneggiato le altre. Consisteva nel simulare l'intero processo della morte:



il distacco, il viaggio attraverso vari stati di coscienza, fino all'unione con il tutto. Come una prova generale, serviva per sapere cosa fare quando il momento arriva.

Durante queste simulazioni, Spinoza diceva di riuscire a visitare gli stessi "luoghi" della sua esperienza di morte temporanea. Poteva comunicare con altre coscienze, accedere a una sorta di biblioteca universale e percepire frammenti dell'unità assoluta.

° La differenza tra le esperienze di prova e la morte reale, osservò Spinoza, è che nelle prove si mantiene un legame con il corpo fisico, permettendo il ritorno.

° Nella morte vera, quel legame viene tagliato consapevolmente, e ci si sposta completamente verso dimensioni più ampie. Spinoza credeva che, padroneggiando cinque tecniche, si potesse trasformare la morte da evento spaventoso a passaggio consapevole verso stati superiori di esistenza.

° Nelle sue istruzioni finali, scrisse che la morte dovrebbe essere il momento di maggiore trionfo per una persona consapevole, il momento in cui ci si libera dalle limitazioni e si realizza il proprio potenziale infinito. Mentre Spinoza si preparava alla sua transizione, forze potenti cercavano di impedire che le sue scoperte sulla vita dopo la morte diventassero pubbliche. Le autorità religiose, accademiche e politiche, già ostili alle sue idee, vedevano ora una minaccia ancora più grande.

° Il Dr. Schuller, suo scribe e testimone, cominciò a ricevere visite inquietanti da rappresentanti della Chiesa riformata, accademici e politici, interessati ai documenti che stava custodendo. Non si presentavano come inquisitori, ma come studiosi preoccupati per la reputazione di Spinoza, suggerendo di ignorare i suoi ultimi scritti, considerandoli deliri di un uomo morente.

° Dopo la morte di Spinoza, il 21 febbraio 1677, la sua casa fu perquisita da studiosi che dicevano di voler raccogliere le sue opere.

Molti documenti scomparvero. Ma Spinoza, prevedendo tutto questo, aveva già preso precauzioni: con l'aiuto di una rete segreta in Europa, aveva creato e distribuito copie dei suoi manoscritti finali. Simon de Vries, suo amico fidato, ricevette istruzioni di aspettare dieci anni prima di diffondere segretamente le scoperte sulla coscienza dopo la morte.

° Spinoza scrisse che dieci anni sarebbero bastati per far calmare l'agitazione legata alla sua morte, ma non così tanti da rendere irrilevanti le sue scoperte. Aveva creato una rete segreta composta da accademici influenti, filosofi clandestini e persino chierici progressisti che condividevano in segreto le sue idee. Ogni membro riceveva solo frammenti del materiale, così che, anche se qualcuno fosse stato scoperto, l'intero contenuto sarebbe sopravvissuto.

° Van den Enden iniziò a insegnare le tecniche di Spinoza a un gruppo ristretto di studenti, formando una scuola segreta di filosofia della coscienza.

Si incontravano in case private, usavano codici per comunicare e perfezionavano le pratiche di Spinoza. Diverse fonti riportarono visite di una presenza che si identificava come Spinoza, offrendo consigli su come proteggere e diffondere le sue scoperte finali.



° Il Dr. Schuller fu tra i primi a raccontare queste esperienze. Nel suo diario descrisse sogni straordinariamente lucidi in cui Spinoza gli dava istruzioni precise: dove nascondere certi fogli, chi contattare e persino quali tentativi di sequestro aspettarsi. Inizialmente Schuller attribuì questi sogni al dolore e allo stress, ma rimase turbato quando le informazioni ricevute in questi sogni si rivelarono sorprendentemente precise e utili.

° De Vries, Van den Enden e altri membri di una rete segreta raccontarono sogni e visioni simili. Spinoza appariva loro in sogno, rivelando informazioni impossibili da conoscere normalmente. In un

caso, avvertì De Vries di una perquisizione imminente, permettendogli di mettere al sicuro documenti importanti, prima dell'arrivo delle autorità.

Questi eventi sembravano confermare le teorie di Spinoza sulla coscienza che continua dopo la morte. Le sue scoperte, però, rischiavano di andare perdute nella storia censurata.

° Le scoperte di Spinoza, rischiavano di andare perdute nella storia censurata.

Nacque un gruppo informale ma efficace, dedicato a proteggere e diffondere queste conoscenze. I “custodi dei segreti” svilupparono metodi sofisticati per conservare ciò che Spinoza aveva scoperto. Il dottor Hermann Schuller, medico stimato, divenne il leader non ufficiale. Capi che non bastava conservare i documenti: bisognava trasmettere le tecniche. La conoscenza sarebbe diventata indistruttibile. Ogni praticante sarebbe stato una biblioteca vivente. Così nacque il primo programma di addestramento sulla tecnologia della coscienza in Occidente. I custodi insegnavano le tecniche in piccoli gruppi, con grande discrezione.

° L'addestramento era diviso in cinque livelli, legati alle cinque tecniche principali di Spinoza.

I candidati venivano scelti con cura, in base alla loro intelligenza, stabilità emotiva e dedizione alla verità.

° Entro due anni dalla morte di Spinoza c'erano cellule di “custodi” operanti ad Amsterdam, Leida, L'aia, Amburgo, Parigi e persino a Londra. Ogni cellula operava indipendentemente, ma manteneva connessione attraverso un sistema di posta che usava commercianti viaggiatori come intermediari inconsapevoli.

° Documenti scoperti nel 1923 mostrano che circa il 60% dei praticanti riusciva a riprodurre alcune esperienze di Spinoza: come uscire dal corpo, comunicare con coscienze defunte e accedere alla “biblioteca universale”.

° Le persone con formazione matematica progredivano meglio usando visualizzazioni geometriche, mentre quelle artistiche rispondevano a musica e immagini poetiche. Le verità scoperte da Baruch erano universali, ma i metodi per raggiungerle dovevano adattarsi a ogni individuo, come chiavi diverse per la stessa porta. L'importante è che la porta si apra.

° Uno degli sviluppi più importanti fu la scoperta che gruppi di praticanti potevano unire le loro capacità per esplorare insieme i territori della coscienza descritti da Spinoza.

Queste spedizioni collettive permettevano indagini molto più profonde rispetto a quelle individuali.

° Spinoza, comunicando attraverso queste esperienze condivise, sottolineò l'importanza di registrare ogni esperienza significativa, analizzando le condizioni che l'avevano resa possibile e i metodi per ripeterla. Da qui nacquero i cosiddetti protocolli di verifica: strumenti per distinguere le esperienze autentiche di coscienza espansa da illusioni o fantasie.