Pillole di saggezza: lettera alla figlia di Georges Ivanovic Gurdjieff

Fissa la tua attenzione su di te,
sii cosciente in ogni momento di quello che pensi,
senti, desideri e fai.
Finisci sempre quello che hai cominciato.
Fa' quello che stai facendo nel miglior modo possibile.
Non incatenarti a nulla che alla lunga ti possa distruggere.
Sviluppa la tua generosità senza testimoni.
Tratta ogni persona come se fosse un parente prossimo.
Riordina ciò che hai disordinato.
Impara a ricevere, ringrazia per ogni regalo.
Smettila di autodefinirti.
Non mentire e non rubare, se lo fai menti e rubi a te stesso.
Aiuta il prossimo senza renderlo dipendente da te.
Non desiderare di essere imitato.
Stila dei progetti di lavoro e realizzali.
Non occupare troppo spazio.
Non fare rumore né gesti che non siano necessari.
Se non hai fede, fa' come se ce l'avessi.
Non lasciarti impressionare dalle personalità forti.
Non impadronirti di niente e di nessuno.
Distribuisci in modo equanime.

Non sedurre.
Mangia e dormi il minimo indispensabile.
Non parlare dei tuoi problemi personali.
Non emettere giudizi né critiche quando conosci solo una minima parte dei fatti.
Non stringere amicizie inutili.
Non seguire le mode.
Non venderti.
Rispetta i contratti che hai sottoscritto.
Sii puntuale.
Non invidiare i beni o i successi del prossimo.
Parla il minimo indispensabile.
Non pensare ai benefici che ti procurerà la tua opera.
Non minacciare mai.
Mantieni le promesse.
In una discussione, mettiti nei panni dell'altro.
Accetta di venire superato da qualcuno.

Non eliminare, trasforma.
Vinci le tue paure, dietro ciascuna di loro si nasconde un desiderio.
Aiuta l'altro ad aiutarsi da solo.
Vinci le tue antipatie e avvicinati alle persone che vorresti allontanare.
Non agire come reazione a quello che dicono di te, nel bene e nel male.

Trasforma il tuo orgoglio in dignità.
Trasforma la tua collera in creatività.
Trasforma la tua avarizia in rispetto per la bellezza.
Trasforma la tua invidia in ammirazione per le qualità dell'altro.
Trasforma il tuo odio in carità.
Non ti lodare e non ti insultare.
Tratta quello che non ti appartiene come se ti appartenesse.
Non ti lamentare.
Sviluppa la tua fantasia.
Non dare ordini per il solo piacere di essere obbedito.
Paga per i servizi che ti vengono dati.
Non fare propaganda delle tue opere o idee.

Non cercare di suscitare negli altri emozioni nei tuoi confronti come la pietà, l'ammirazione, la simpatia, la complicità.
Non cercare di distinguerti per l'aspetto esteriore.
Non contraddire mai, taci.
Non contrarre debiti, compra e paga subito.
Se offendi qualcuno, chiedigli scusa.
Se hai offeso pubblicamente, scusati in pubblico.
Se ti accorgi di aver detto qualcosa di sbagliato, non insistere per orgoglio nel tuo errore e desisti subito dai tuoi propositi.
Non difendere le tue idee più antiche per il semplice fatto di essere stato tu a enunciarle.
Non conservare oggetti inutili.
Non farti bello delle idee altrui.
Non farti fotografare vicino a personaggi famosi.
Non rendere conto a nessuno, sii tu il giudice di te stesso.
Non definirti in base a quello che possiedi.
Non parlare mai di te senza concederti la possibilità di cambiare.
Accetta l'idea che nulla è tuo.

Quando ti chiedono la tua opinione riguardo qualcosa o qualcuno, dì soltanto le sue qualità.
Quando ti ammali, invece di odiare il male, consideralo il tuo maestro.
Non guardare di nascosto, guarda diritto negli occhi.
Non dimenticare i tuoi morti, ma assegna loro un posto limitato, in modo che non invadano tutta la tua vita.
Nel luogo in cui vivi, dedica sempre uno spazio al sacro.
Quando rendi un servizio, non esagerare i tuoi sforzi.
Se decidi di lavorare per gli altri, fallo con piacere.
Se sei in dubbio tra il fare e il non fare, corri il rischio e fa'.
Non cercare di essere tutto per il tuo partner; accetta che cerchi in qualcun altro quello che tu non puoi offrirgli.
Quando qualcuno ha il suo pubblico, non precipitarti a contraddirlo rubandogli l'attenzione dei presenti.
Vivi del denaro che tu stesso ti sei guadagnato.
Non ti vantare delle tue avventure amorose.
Non ti pavoneggiare delle tue debolezze.
Non andare mai a trovare qualcuno soltanto per passare il tempo.
Ottieni per ridistribuire.
Se stai meditando e arriva un diavolo, fallo meditare con te…..

Fonte: https://www.movimentidanzesacre.it/

Data di pubblicazione: 07/02/2026

Salvato in PDF in data: 03/11/2026

Link all'articolo: https://civico20-news.it/cultura-e-spettacolo/luomo-i-misteri-lignoto/pillole-di-saggezza-lettera-alla-figlia-di-georges-ivanovic-gurdjieff/07/02/2026/