

*La vera conoscenza è conoscere se stessi*

*Gnôthi sautón* affermavano gli antichi greci. *Nosce te Ipsum* i latini: Conosci te stesso.

La nostra conoscenza è frammentata; dati estrapolati dalla totalità della manifestazione. Il nostro sistema sensoriale e percettivo raccoglie circa 1% di quanto osserva. Più che una conoscenza, è una raccolta di concetti e informazioni sparpagliati. Come una biblioteca dove i libri vengono riposti una volta letti, le informazioni che raccogliamo si depositano nella memoria in modo frammentato e separato, tanto che ci è impossibile ritornare al tutto iniziale.

*"Tutte le cose erano insieme; poi venne la mente e le dispose in ordine"* affermava Anassagora 2.500 anni fa. L'ordine a cui si riferisce è la frammentazione. Un albero, una casa, un animale ci appaiono ordinati, ma sono separati dal tutto.

Un concetto simile si trova anche nel monito di Sant'Agostino: *"Noli foras ire, in te ipsum redi, in interiore homine habitat veritas*" (Non andare fuori, rientra in te stesso: è nel profondo dell'uomo che risiede la verità).

Nel tempio all'Oracolo di Delfi si legge: "*In te si trova occulto il Tesoro degli Dei. Oh Uomo, conosci te stesso e conoscerai l’Universo e gli Dei*". il motto è un'esortazione alla conoscenza dell'anima la quale, essendo di natura divina, porterebbe alla conoscenza delle Divinità. Non a caso troviamo questo concetto in vari elementi filosofici e religiosi del periodo ellenico e romano, gli Orfici credevano che l'anima fosse di natura divina e infatti la chiamavano *daimon*, che significa divinità minore. Inoltre per gli storici la realizzazione, chiamata *oikeiosis*, avveniva attraverso la percezione interna, pratica simile se non identica alla meditazione di base induista e buddhista, mentre nel neoplatonismo l'anima proveniva dall'Uno ed attraverso l'estasi tornava ad Esso. Infine nello Gnosticismo, in cui la cultura greca ebbe grande influenza, la conoscenza del Divino partiva dalla conoscenza di sé che spesso si otteneva attraverso pratiche meditative

Quale conoscenza ci è nascosta? La conoscenza della totalità, dell'essere uno con tutto, quel principio 'Io' da cui deriva la mente e la differenziazione.

Conoscere se stessi significa andare al di là della mente e della percezione sensoriale, al di là di ogni concetto o idea mentale. Significa realizzare la propria vera natura, quell'essere al di là della materia, del tempo e dello spazio, al di là dell'esistenza stessa. Quell'essere non è singolo ma è totale, completo, assoluto. Una volta conosciuto, non rimane null'altro da conoscere. La sete si spegne e l'uomo si sente completamente realizzato.