

Evolution Fast Forward - Part 3 **L'Evoluzione veloce verso il futuro - Parte 3**

Parts of the Being & Planes of Consciousness

**Parti dell'Essere ed i Piani di Coscienza**

**1. Introduction: Vertical and Horizontal Systems**

**1. Introduzione: Sistemi Verticali ed Orizzontali**

	<b>Audio</b>	
1	Our body is composed of many parts and systems.	Il nostro corpo è composto di molte parti e sistemi.
2	This is an objective view.	Questo è un punto di vista oggettivo.
3	Sri Aurobindo gives us a subjective view.-	Sri Aurobindo ci dà una visione soggettiva.
4	This is a symbolic map of our psychological parts.	Questa è una mappa simbolica delle nostre parti psicologiche.
5	In our normal waking state we can access only a small part of our consciousness.	Nel nostro normale stato di veglia possiamo accedere solo ad una piccola parte della nostra coscienza.
6	But through yoga, we can access a wider range: above, below and within.	Ma lo yoga ci consente di allargare notevolmente lo spettro di accesso: sopra, sotto ed all'interno.
7	There are two systems in the organisation of the being and its parts.	Vi sono due sistemi nell'organizzazione dell'essere e delle sue parti.
8	There is a vertical system spanning above and below.	Vi è un sistema verticale che si espande sopra e sotto.
9	There is also a concentric system.	Vi è anche un sistema concentrico.
10	These two systems are simultaneously active.	Questi due sistemi sono attivi simultaneamente.
11	On the vertical axis, the ranges above are superconscious.	Sull'asse verticale, le ampiezze superiori sono supercoscienti.
12	And the ranges below are subconscious and inconscient.	E le ampiezze inferiori sono subcoscienti ed inconscienti.
13	Our normal waking state is only the outer surface of consciousness.	Il nostro normale stato di veglia è solo la superficie esterna della coscienza.
14	Behind our waking state, are the vast inner ranges that are subliminal.	Dietro il nostro stato di veglia, vi sono le vastità interiori che sono subliminali.
15	Our true being, the soul, is the inmost.	Il nostro vero essere, l'anima, è il più interno.
16	The concentric system is grouped as the outer, the inner and the inmost.	Il sistema concentrico è raggruppato come l'esterno, l'interno e l'intimo.

17	We are unaware of what is inner and the inmost, as well as what is above and below.	Non siamo consapevoli dell'interno e dell'intimo, così come del sopra e del sotto.
18	We are aware only of the surface.	Noi siamo coscienti solo della superficie.
19	By stepping inward, we can observe the surface movements of our consciousness.	Entrando nel nostro interno, possiamo osservare i movimenti superficiali della nostra coscienza.
20	Thoughts are experienced in the region of our head.	I pensieri sono sperimentati nella regione della nostra testa.
21	The movements of emotions, passions, drives and desires are experienced in the chest and below.	I movimenti emotivi, passionali, pulsionali e del desiderio, sono sperimentati nel petto e sotto di esso
22	From the hip and below, are the largely unconscious movements.	Dall'anca in giù, vi sono i movimenti largamente inconsci.
23	We are normally lost in these surface movements.	Siamo normalmente perduti in questi movimenti superficiali.
24	These movements reflect three different parts of our being - Mind, Vital and Physical.	Questi movimenti riflettono tre parti differenti del nostro essere – Mentale, Vitale e Fisico
25	These three parts are woven into each other in their normal operations.	Queste tre parti sono intrecciate tra loro nel loro agire quotidiano.
26	Discerning these three parts and their intermixing is the first step into our inner world.	Discernere queste tre parti e la loro mescolanza, è il primo passo nel nostro mondo interiore.

## 2. Physical: The Consciousness of the Body

No	VO	
1	Our body has a consciousness that's quite personal to it.	Il nostro corpo ha una sua personale coscienza.
2	There is an automatic intelligence and organisation at work	C'è un'intelligenza automatica ed un'organizzazione al lavoro
3	managing incredibly complex operations,	che gestiscono un incredibile complesso di operazioni,
4	keeping the body in a dynamic and healthy equilibrium.	mantenendo il corpo in un equilibrio dinamico e sano.
5	Our waking state knows only some surface movements	Il nostro stato di veglia conosce solo alcuni movimenti superficiali
6	of thoughts, ideas, imaginations, waves of emotions, drives, desires and sensations.	dei pensieri, idee, immaginazioni, onde emotive, pulsioni, desideri e sensazioni.

7	We have no access to the consciousness of the body.	Non abbiamo accesso alla coscienza del corpo.
8	The body regulates itself independent of our conscious mind.	Il corpo gestisce sé stesso indipendentemente dalla nostra mente cosciente.
9	It is habitual in its operations, reflecting the mechanics of matter.	E' abituale nelle sue operazioni, riflettendo con ciò il meccanicismo della materia.
10	The body is a product of evolution of consciousness in matter.	Il corpo è un prodotto dell'evoluzione della coscienza nella materia.
11	It carries with it, the inertia of matter.	Esso porta con sé l'inerzia della materia..
12	The body consciousness conserves and preserves all its habitual movements.	La coscienza del corpo conserva e protegge tutti i suoi movimenti abituali.
13	It makes our daily movements into routine habits.	Trasforma i nostri movimenti quotidiani in una ripetizione di abitudini.
14	This allows the habits to animate our daily life independent of our conscious mind.	Ciò consente alle abitudini di animare la nostra vita quotidiana indipendentemente dalla nostra mente cosciente.
15	Our senses operate habitually.	I nostri sensi funzionano abitualmente.
16	Our desires become habits under the influence of the body consciousness.	I nostri desideri diventano abitudini sotto l'influenza della coscienza del corpo.
17	So are the emotions made into habits.	Così avviene per le emozioni che divengono abitudini.
18	The body consciousness makes even our thoughts into habits.	La coscienza del corpo trasforma perfino i pensieri in abitudini.
19	Thus our psychological habits get preserved in the body consciousness.	Così le nostre abitudini psicologiche si conservano nella coscienza del corpo.
20	The cells of our body retain them.	Le cellule del nostro corpo le conservano
21	As we get old, the habits get etched deeper into the body and will be more difficult to change them.	Invecchiando, le abitudini vengono incise più profondamente nel corpo e saranno più difficili da modificare.
22	The body is also the reservoir of our long evolutionary journey.	Il corpo è anche il contenitore del nostro lungo cammino evolutivo.
23	It preserves our past as habitual movements.	Conserva il nostro passato nei movimenti abituali.
24	The physical consciousness is passive, habitual and mechanical.	La coscienza fisica è passiva, abitudinaria e meccanica.
25	It responds habitually to external contacts.	Risponde con l'abitudine ai contatti esterni.

26	Its movements are random and dispersive.	I suoi movimenti sono casuali e dispersivi.
27	However, its instinct is to persist.  Physical self-preservation and resistance to change are native to it.	Tuttavia, il suo istinto è quello di persistere.  L'auto-conservazione fisica e la resistenza al cambiamento sono naturali.
28	And its refusal to change is one of the greatest obstacles in transforming ourselves.	Il suo rifiuto al cambiamento è uno dei più grandi ostacoli alla nostra trasformazione.
29	It has a will of its own quite independent of the will of the conscious mind and its ideas.	Ha una propria volontà indipendente dalla volontà della mente cosciente e dalle sue idee.
30	It can learn new movements but this requires repetition of the movement till it become automatic and habitual.	Può apprendere nuovi movimenti ma ha bisogno che vengano ripetuti fin quando diventano automatici ed abituali.
31	Since the physical consciousness is passive it can be moulded by constant repetition.	Poiché la coscienza fisica è passiva, può essere modellata dalla ripetizione costante.
32	The passivity of the physical consciousness is exploited by the advertising industry to create new habits by repeated impressions.	La passività della coscienza fisica viene sfruttata dall'industria pubblicitaria per creare nuove abitudini tramite impressioni ripetute.
33	The physical consciousness learns slowly but once it acquires a skill it will preserve the skill faithfully and does the movements automatically without any active control by the mind.	La coscienza fisica impara lentamente ma, una volta acquisita un'abilità, la conserverà fedelmente e svolge automaticamente i movimenti senza alcun controllo attivo da parte della mente.
34	- like typing, driving, swimming, dancing and playing musical instruments. These skills stay like a memory in the body.	- Come digitare, guidare, nuotare, ballare e suonare strumenti musicali. Queste abilità rimangono come una memoria nel corpo.
35	Then we say that the movement has become effortless.	Quindi, possiamo dire che il movimento è diventato privo di sforzo.
36	Thus, the passivity of the physical consciousness becomes a great advantage as it can transmit and express, outwardly, the inner movements.	Così, la passività della coscienza fisica diventa un grande vantaggio in quanto può trasmettere ed esprimere verso l'esterno, i movimenti interni.
37	The physical consciousness can be made supple and receptive through physical education.	La coscienza fisica può essere resa flessibile e ricettiva attraverso l'educazione fisica.
38	A well-trained body becomes a receptive instrument, capable of expressing higher consciousness.	Un corpo ben addestrato diventa uno strumento ricettivo, in grado di esprimere una coscienza superiore.

### 3. Vital: The Life Force

### 3. Vitale: La Forza Vitale

No	VO	
1	The nature of the vital is fluid and dynamic.	La natura del vitale è fluida e dinamica.
2	It is the prana or the life-force that transforms matter into living substance.	E' il prana o forza vitale che trasforma la materia in sostanza vivente.
3	It brings in the movement of growth,	Introduce il movimento della crescita,
4	develops the senses,	sviluppa i sensi,
5	and emerge as complex nerve currents.	ed emerge come correnti nervose complesse.
6	This life-force eventually bursts out as the spectacular vitality and play of life on earth.	Questa forza vitale potrà esplodere in una vitalità spettacolare nel gioco della vita sulla terra.
7	It is the same energy that animates human life.	E' la stessa energia che anima la vita umana.
8	Our breath and heartbeat are the most tangible physical rhythms of the vital energy animating the body.	Il nostro respiro e il battito cardiaco sono i ritmi fisici più evidenti dell'energia vitale che anima il corpo.
9	Practices like pranayama and Hatha Yoga are some of the physical methods which energise and balance the vital energy in the body.	Pratiche come pranayama e Hatha Yoga sono alcuni dei metodi fisici che energizzano e bilanciano la forza vitale nel corpo.
10	Sri Aurobindo approaches the vital energy from a psychological perspective.	Sri Aurobindo si avvicina all'energia vitale da una prospettiva psicologica.
11	The surface movements of the vital are subjectively experienced predominantly in the frontal region of the body.	I movimenti superficiali del vitale sono soggettivamente vissuti prevalentemente nella zona frontale del corpo.
12	These surface movements can be broadly grouped into three:	Questi movimenti di superficie possono essere ampiamente raggruppati in tre:
13	The Higher vital or the region of emotions	Il vitale alto o l'area delle emozioni
14	The Central vital which is the region of strong drives and passions	Il centro vitale che è l'area delle pulsioni forti e delle passioni
15	And the Lower vital, that is the region of small impulses, desires and sensual cravings	Il vitale inferiore, che è l'area di piccoli impulsi, desideri e voglie sensuali
16	The word lower vital is not used in any derogatory sense; it refers only to its position in the hierarchy of the planes.	Il concetto di vitale inferiore non viene usato in senso dispregiativo; si riferisce solo alla sua posizione nella gerarchia dei piani.
17	Learning to distinguish these parts is a necessary step towards the mastery of the vital.	Imparare a distinguere queste parti è un passo necessario verso la padronanza del vitale.

	4. The Lower Vital	4. Il Vitale Inferiore
1	The lower vital is the part of our being which is concerned and occupied with the outer things.	Il vitale inferiore è la parte del nostro essere che è interessata e occupata nelle cose esterne.
2	Its movements are experienced as hungers, cravings, small desires, impulses and enjoyments.	I suoi movimenti vengono sperimentati come fame, voglie, piccoli desideri, impulsi e divertimenti.
3	It is a playful enjoyer of sensory pleasures.	E' un fruitore giocoso di piaceri sensuali.
4	It prefers to stay within the zone physical comforts.	Preferisce rimanere all'interno dell'area fisica delle comodità.
5	However, it is fickle and impulsive and gets carried away by temptations.	Tuttavia, è instabile e impulsivo e viene rapito dalle tentazioni.
6	There are many marketing tricks designed to tempt this part of our being.	Il marketing ha progettato molti trucchi per tentare questa parte del nostro essere.
7	It seeks new sensations.	Cerca nuove sensazioni.
8	It demands immediate satisfaction of its impulses.	Richiede una immediata soddisfazione dei suoi impulsi.
9	Quarrels, jealousy, envy and petty angers are its movements.	I suoi movimenti sono i litigi, la gelosia, l'invidia e le piccole ire.
10	Our likes and dislikes, attractions and repulsions are its contribution.	Il suo contributo consiste nei nostri piaceri e avversioni, attrazioni e repulsioni.
11	Greed and lust are its perverse movements.	Avidità e lussuria sono i suoi movimenti perversi.
12	In general, it is obscure, ignorant, egoistic, selfish, impulsive, random, turbulent, and undisciplined.	In generale, è oscuro, ignorante, egoista, impulsivo, casuale, turbolento e indisciplinato.
13	It often hijacks reason.	Sovente si appropria della ragione.
14	It revolts against discipline.	Si ribella contro la disciplina.
15	It is also the seat of all our fears.	E' anche la sede di tutte le nostre paure.
16	Fears arise from here and grip other parts of our being.	Qui sorgono le paure e afferrano altre parti del nostro essere.
17	Many traditions have tried to demonise the lower vital.	Molte tradizioni hanno cercato di demonizzare il vitale inferiore.
18	The ascetic denial is a common way.	Il rifiuto ascetico è una modalità comune.
19	But integral yoga demands not a denial but a mastery over the lower vital and its transformation.	Ma lo yoga integrale richiede non una negazione, ma una padronanza del vitale inferiore e la sua trasformazione.

20	The first step towards such mastery is to stand back from lower vital impulses and observe it with detachment.	Il primo passo verso tale padronanza è di arretrare dagli impulsi vitali inferiori e osservarli con distacco.
21	Then, to bring it under the control of reason.	Quindi, di portarlo sotto il controllo della ragione.
22	The next step is to develop equanimity towards all sensations.	Il passo successivo è quello di sviluppare l'equanimità verso qualunque sensazione.
23	Further, the senses can be refined through beauty and aesthetic delight.	Inoltre, i sensi possono essere raffinati attraverso la bellezza e la delizia estetica.
24	When the psychic influence permeates the lower vital, it opens to a deeper transformation and refinement.	Quando l'influenza psichica permea il vitale inferiore, questo si apre ad una trasformazione e ad una raffinatezza più profondi.
25	A greater transformation happens when the descending higher consciousness establishes perfect equanimity and equal delight in all experiences.	Una maggiore trasformazione avviene con la discesa della più alta coscienza che stabilisce la perfetta equanimità e la stessa gioia in tutte le esperienze.
	<b>5. The Central Vital</b>	<b>5. Il Vitale Centrale</b>
1	The central vital is the most dynamic expression of the life-force in us.	Il vitale centrale è l'espressione più dinamica della forza-di-vita in noi.
2	Its movements are experienced in the region of the navel.	I suoi movimenti sono vissuti nell'area dell'ombelico.
3	A strong central vital is one that is full of life-force.	Un vitale centrale forte, è quello pieno di forza-di-vita.
4	And has great energy	Ed ha una grande energia.
5	It is courageous and heroic.	E' coraggioso ed eroico.
6	It is ambitious.	E' ambizioso.
7	Unlike the lower vital it is not bound by comforts or sensory pleasures.	A differenza del vitale inferiore, non è vincolato alle comodità ed ai piaceri sensuali.
8	It is daring and adventurous.	È audace ed avventuroso.
9	A large expansive movement is natural to it.	Un movimento di grande espansione gli è naturale.
10	It brings generosity in giving.	Dona con generosità..
11	It has the drive for leadership	Ha l'impulso per la leadership
12	and domination.	e per il dominio.
13	It brings the urge to expand and conquer.	È pressato dalla necessità di conquistare ed

		espandersi.
14	It throws itself out in the wider movements of life.	Si tuffa nei movimenti più ampi della vita.
15	It is responsive to the greater objects of Nature.	Risponde ai più grandi oggetti della Natura.
16	It is a force for action and creation,	È una forza per l'azione e la creazione,
17	...a power to fulfil and materialise.	... un potere per compiere e materializzare.
18	It brings forth the competitive spirit.	Porta avanti lo spirito competitivo.
19	It is ruthless.	È spietato.
20	The central vital brings a stupendous play of passions into life...	Il vitale centrale porta un gioco stupendo di passioni nella vita ...
21	the fury of anger, wrath and revenge are its blazing intensities.	la furia della rabbia, della collera e della vendetta sono le sue intensità ardenti.
22	It drives us to seek power and status in society.	Ci spinge a cercare il potere e lo status sociale.
23	It is the seat of strong desires and passions.	È la sede dei desideri e delle passioni forti.
24	This energy is like a wild horse.	Questa energia è come un cavallo selvaggio.
25	The yogic process seeks to tame and master this great energy of Nature.	Il processo yogico cerca di domare e padroneggiare questa grande energia della Natura.
26	It brings impatience and restlessness in our action.	Porta impazienza e inquietudine nella nostra azione.
27	The main difficulty of the central vital is the pride of its ego and the attraction of its powers.	La principale difficoltà del vitale centrale è l'orgoglio del proprio ego e l'attrazione dei suoi poteri.
28	It is often difficult for such a vital to surrender itself because of this sense of its own powers.	Spesso è difficile per un tale vitale l'abbandonarsi, a causa di questo senso dei propri poteri.
29	The power of reason and strong self-discipline are helpful in mastering the central vital but not sufficient.	Il potere della ragione e una forte autodisciplina sono utili nel dominare il vitale centrale ma non sono sufficienti.
30	It is necessary to detach from its strong movements.	È necessario separarsi dai suoi forti movimenti.
31	This would enable us to reject its strong waves gripping the mind.	Questo ci permetterebbe di respingere le sue forti onde che afferrano la mente.
32	Equanimity over its movements is a necessary condition.	L'equanimità rispetto ai suoi movimenti è una condizione necessaria.



33	However, to transform the central vital, it must come under the influence of the psychic.	Tuttavia, per trasformare il vitale centrale, occorre sottoporlo all'influenza dello psichico.
34	In the later stages of the yoga, the descending higher consciousness takes up and transforms the central vital into a divine instrument.	Nelle fasi successive dello yoga, la coscienza superiore discendente accoglie e trasforma il vitale centrale in uno strumento divino.
35	The development and mastery of the central vital brings a great abundance of steady and inexhaustible energy.	Lo sviluppo e la padronanza del vitale centrale porta ad una grande abbondanza di energia stabile ed inesauribile.
	<b>6. The Higher Vital</b>	<b>6. Il Vitale Superiore</b>
1	The higher vital is the emotional being in us.	Il vitale superiore è l'essere emotivo in noi.
2	It covers the field of emotions rather than sensations and desire.	Esprime il campo delle emozioni piuttosto che le sensazioni e il desiderio.
3	It is the seat of all our feelings, experienced in the heart region.	È la sede di tutti i nostri sentimenti, vissuti nella regione del cuore.
4	Our love and joy, sorrow and grief, hopes and despair are the easily observable movements of the higher vital.	Amore e gioia, dispiacere e dolore, speranze e disperazione sono i nostri movimenti facilmente osservabili del vitale superiore.
5	It brings the thirst for emotional intimacy and bonding...	Porta la sete di intimità emotiva e di legame ...
6	In human relationships, emotional intimacy easily moves towards sensual intimacy which is a lower vital movement.	Nelle relazioni umane, l'intimità emotiva si muove facilmente verso l'intimità sensuale, che è un movimento del vitale inferiore.
7	Family spaces are the most common playground of the emotional being.	Gli spazi familiari sono il parco giochi più comune dell'essere emotivo.
8	Emotionalism and sentimentality are the common expressions of the higher vital.	L'emozione e il sentimentalismo sono le espressioni comuni del vitale superiore.
9	This emotional being is responsible for our emotional attachments and vulnerability.	Questo essere emotivo è responsabile dei nostri attaccamenti emotivi e della nostra vulnerabilità.
10	Our emotions are habitual waves.	Le nostre emozioni sono onde abituali.
11	Their action is largely regulated by emotive memory.	La loro azione è ampiamente regolata dalla memoria emotiva.
12	They can be changed by conscious will.	Possono essere cambiate dalla volontà cosciente.
13	The deformations of the emotional being come from the duality of emotional attractions and repulsions.	Le deformazioni dell'essere emotivo derivano dalla dualità delle attrazioni e delle repulsioni emozionali.

14	It gets more complex when it is mixed with the lower and central vital desires and drives.	Diventa più complesso quando si mescola con i desideri e le pulsioni del vitale centrale e inferiore
15	All this further invades the intelligent will of the mind and often makes it a helpless slave of the emotions.	Tutto ciò inoltre, invade la volontà intelligente della mente e spesso la rende una schiava impotente delle emozioni.
16	A vigilant rejection of these mixtures is a necessary step in the purification of the mind and emotions.	Un rifiuto vigile di queste contaminazioni è un passo necessario per la purificazione della mente e delle emozioni.
17	Charity and selfless service or seva are the common methods used by many to broaden the heart and its emotions.	La carità e il servizio disinteressato o seva, sono i metodi comuni utilizzati da molti per allargare il cuore e le sue emozioni.
18	Humanitarian works are its natural domains.	Le opere umanitarie sono i suoi domini naturali.
19	However, all these are still an outward turn of the emotional being.	Comunque, tutto ciò è ancora una tendenza verso l'esterno dell'essere emotivo.
20	Integral yoga demands an inward turn to find the soul within.	Lo yoga integrale richiede una direzione verso l'interno per trovare l'anima dentro.
21	Compared to the lower and central vital, the higher vital is much easier to surrender.	Rispetto al vitale inferiore e quello centrale, il superiore è molto più disponibile all'abnegazione.
22	The more it gets influenced by the psychic, the more the emotional being gets refined.	Quanto più viene influenzato dallo psichico, tanto più l'essere emotivo viene raffinato.
23	The yoga of love, bhakti yoga, turns the emotional being towards the divine and seeks intimacy and union with the divine.	Lo yoga dell'amore, il bhakti yoga, volge l'essere emotivo verso il divino e cerca l'intimità e l'unione con il divino.
24	When the heart is purified, the vital emotions change into psychic feelings.	Quando il cuore viene purificato, le emozioni vitali si cambiano in percezioni psichiche.
25	By opening upward to the descending force and its peace, calm, and equanimity, the emotional being undergoes spiritual transformation.	Aprenendosi verso l'alto alla forza discendente che ha con sé pace, calma ed equanimità, l'essere emotivo subisce una trasformazione spirituale.
26	The purified heart has a universal love. It can receive with an untroubled sweetness and clarity the various delights which God gives it in the world.	Il cuore purificato ha un amore universale. Può ricevere con una dolcezza e una chiarezza imperturbate, le varie delizie che Dio effonde nel mondo.

## 7. Mind: cognition and Intelligence

## 7. Mente: cognizione ed Intelligenza

No	The Mind	La Mente
----	----------	----------

1	The mind deals with our cognition and intelligence.	La mente ha a che fare con la nostra cognizione e intelligenza.
2	The mental vision and will are part of this intelligence.	La visione mentale e la volontà fanno parte di questa intelligenza.
3	It can envision future possibilities.	Può concepire possibilità future.
4	It can interpret the past.	Può interpretare il passato.
5	It can see the flow of time from the past to the future.	Può osservare il fluire del tempo dal passato al futuro.
6	The mind lives in its thoughts and ideas of the past, present and the future.	La mente vive nei suoi pensieri e nelle idee di passato, presente e futuro.
7	Its movements are experienced in the head.	I suoi movimenti sono sperimentati nella testa.
8	The human mind has an evolutionary past.	La mente umana ha un passato evolutivo.
9	It has emerged in the context of the body animated by the life force.	E' emersa nel contesto del corpo animato dalla forza vitale.
10	Both the physical and the vital have their corresponding parts in the mind.	Sia il fisico che il vitale hanno le loro parti corrispondenti nella mente.
11	The physical part of the mind has an outward turn through the senses.	La parte fisica della mente si volge verso l'esterno attraverso i sensi.
12	The vital part of the mind views everything through its emotions and desires.	La parte vitale della mente vede tutto attraverso emozioni e desideri proprii.
13	It is only in the mind proper that intelligence and will are free from the limitations of the senses, emotions and desires.	E' solo nella mente vera che l'intelligenza e la volontà sono liberi dalle limitazioni dei sensi, emozioni e desideri.
14	In our normal state, all these three parts are mixed up.	Nel nostro stato normale, queste tre parti sono mescolate.
15	Their operations are to be clearly distinguished.-	Le loro operazioni devono essere chiaramente distinte.
16	However, this is only a surface consciousness.	Tuttavia, questa è solo la coscienza di superficie.
17	There is vast subliminal inner mind behind this surface.	C'è una vasta mente subliminale interiore dietro questa superficie.
18	There are also the spiritual ranges of the mind above.	Vi sono anche le ampiezze spirituali della mente superiore.
19	All this together constitute the full spectrum of the Mind.	Tutto questo insieme, costituisce l'intero spettro della Mente.
20	In our normal waking state we access only the	Nel nostro normale stato di sveglia accediamo

surface parts.	solo alle aree superficiali.
----------------	------------------------------

## 8. The Physical Mind

## 8. La Mente Fisica

No	VO	VO
1	The physical mind, as the name suggests, is a composite of both mental and physical consciousness.	La mente fisica, come suggerisce il nome, è un composto di coscienza mentale e fisica.
2	It has two parts.	Essa ha due parti.
3	The physical involved in the mind creates the physical mental or the <b>Externalising Mind</b> .  It is occupied with the externalisation of the mind.	Il fisico coinvolto nella mente crea la mente fisica o la <b>Mente Esternalizzante</b> .  È occupato nell'esternalizzazione della mente.
4	The mind involved in the physical creates the mental physical.  It is the mechanical or the habitual mind.	La mente coinvolta nel fisico crea il fisico mentale.  E' la mente meccanica o abitudinaria.
5	The <b>Externalising Mind</b> is part of the mental consciousness	La <b>Mente Esternalizzante</b> è parte della coscienza mentale
6	Whereas the mental physical is part of the physical consciousness.	Mentre il mentale fisico è parte della coscienza fisica.
7	They are closely tied and work together.	Sono strettamente legati e lavorano insieme.
8	The term physical mind may mean any one of these two or both together.	Il termine mente fisica può significare uno di questi due o entrambi insieme.
9	However, only the <b>externalising mind</b> is part of the mind proper.	Tuttavia, solo la <b>mente esternalizzante</b> fa parte della mente vera.
10	This part externalises the mind through speech.	Questa parte esternalizza la mente attraverso il discorso.
11	It is an instrument of ordered action on physical things.	È uno strumento di azione strutturata sulle cose fisiche.
12	It has a practical mentality based on the outer world experience.	Ha una mentalità pratica basata sull'esperienza del mondo esterno.
13	This part deals intelligently with physical things.	Questa parte si relaziona intelligentemente con le cose fisiche.
14	But its reasoning depends on objective facts.	Ma il suo ragionamento dipende da fatti oggettivi.

15	It can even arrive at objective truths of the physical world that cannot be seized by our senses.	Può anche arrivare a verità oggettive del mondo fisico che non possono essere afferrate dai nostri sensi.
16	Experimental physics and the knowledge, thus gathered, is a vast extension of this part of the physical mind.	La fisica sperimentale e la conoscenza, così raccolte, sono una vasta estensione di questa parte della mente fisica.
17	But when it has to deal with supraphysical things, it becomes incompetent.	Ma quando deve gestire le cose sovrafisiche, diventa incompetente.
18	The physical mind thinks of God and spirit as abstract concepts.	La mente fisica pensa a Dio e allo spirito come concetti astratti.
19	Even when it has spiritual experiences, it finds it difficult to believe them and forgets them easily.	Anche quando ha esperienze spirituali, ha difficoltà a crederle e le dimentica facilmente.
20	It lives in rigid thought formulas and habitual grooves of thought.	Vive in formule di pensiero rigide e in solchi di pensiero abituale.
21	Narrowness and doubt are the chief defects of the physical mind.	Ristrettezza e dubbio sono i principali difetti della mente fisica.
22	The lower part of the physical mind is the mind involved in the physical consciousness.	La parte più bassa della mente fisica è la mente coinvolta nella coscienza fisica.
23	It is the mental physical or the mechanical mind.	E' il fisico mentale o la mente meccanica.
24	This part is closely tied to the externalising mind.	Questa parte è strettamente legata alla mente esternalizzante.
25	When left to itself, it will simply go on repeating past customary thoughts, ideas and reactions.	Quando lasciata a se stessa, continuerà semplicemente a ripetere i soliti pensieri, le idee e le reazioni passate.
26	It is habitual and mechanical.	E' abitudinaria e meccanica.
27	It is animated by the physical consciousness, not the rational intelligence.	È animata dalla coscienza fisica, non dall'intelligenza razionale.
28	It simply stores, associates, repeats, gives reflexes and reactions to outward contacts of life.	Essa semplicemente memorizza, collega, ripete, riflette e reagisce automaticamente ai contatti esterni della vita.
29	This mechanical mind is necessary for the maintenance of things gained through the outer life experiences.	Questa mente meccanica è necessaria per il mantenimento delle cose acquisite attraverso le esperienze di vita esterne.
30	It is by conservation and repetition that Nature does that.	Tutto ciò, viene prodotto dalla Natura attraverso la conservazione e la ripetizione
31	The subconscious is the basis of conservation and the mechanical mind is the means of	Il subconsciente è la base della conservazione e la mente meccanica è il mezzo per la ripetizione.

	repetition.	
--	-------------	--

## 9. Vital Mind

## 9. Mente Vitale

No.	VO	VO
1	The vital mind mediates between vital emotions, desires, impulses and the mind proper.	La mente vitale media tra le emozioni vitali, i desideri, gli impulsi e la mente vera.
2	Its movements are experienced in the upper chest just above the emotional being.	I suoi movimenti sono sperimentati nel petto superiore appena sopra l'essere emotivo.
3	The vital mind gives mental forms to the desires, feelings, emotions, passions, ambitions, possessive and active tendencies of the vital.	La mente vitale fornisce forme mentali ai desideri, sentimenti, emozioni, passioni, ambizioni, tendenze possessive e attive del vitale.
4	It uses thought for the service not of reason but the vital pushes, pulls and reactions.	Essa utilizza il pensiero non al servizio della ragione, ma per le spinte vitali, azioni e reazioni.
5	It is a mind of dynamic will, action and desire, not of rational intelligence.	È una mente dalla volontà, azione e desiderio dinamici, non dell'intelligenza razionale.
6	It is very energetic and creative.	E' molto creativa ed energica.
7	The function of this mind is to dream or imagine what can be done.	La funzione di questa mente, è sognare o immaginare ciò che può essere fatto.
8	It lives by imagination and makes formations for the future.	Vive di immaginazione e costruisce formazioni per il futuro.
9	The pure imaginations or dreams of greatness, happiness etc. in which people indulge are one peculiar form of the vital mind activity.	Una delle forme peculiari della mente vitale, è l'immaginazione pura o i sogni di grandezza, felicità ecc. nelle quali la gente indulge.
10	By its power of imagination, it goes beyond the sense bound physical mind and the physical actuality.	Con il suo potere di immaginazione, va oltre i sensi limitati dalla mente fisica e dalla realtà fisica.
11	It has an incessant drive towards self-exceeding.	Ha un'incessante spinta verso l'autostima.
12	It always needs some kind of activity and change.	Ha sempre bisogno di qualche tipo di attività e del cambiamento.
13	People of action always have vital mind in a very high measure.	Le persone d'azione hanno sempre una mente vitale molto forte.
14	However the vital mind is limited by its emotions, desires and drives.	Tuttavia la mente vitale è limitata dalle sue emozioni, desideri e spinte.

15	It acts in random and excessive ways without discipline or concentration on what really needs to be done.	Agisce in modo casuale ed eccessivo senza disciplina o concentrazione su ciò che realmente deve essere fatto.
16	It has no sense of proportion or measure and is eager to be or achieve something big at once.	Non ha alcun senso della proporzione o della misura ed è desiderosa di essere o ottenere qualcosa di grande velocemente.

## 10. Mind proper

## 10. La Mente vera

No.	VO	VO
1	The Mind proper is the seat of pure reason and intelligent will.	La mente vera è la sede della ragione pura e della volontà intelligente.
2	It is called buddhi in Sanskrit.	Viene chiamata buddhi in Sanscrito.
3	This power of intelligent will is normally available to humanity in the current stage of evolution.	Il potere della volontà intelligente è normalmente disponibile all'umanità nella fase attuale dell'evoluzione.
4	It can review the past,	Può rivedere il passato,
5	envision future possibilities,	immaginare le possibilità future,
6	and give us a sense of continuity of self in the changing flow of life and time experience.	e darci un senso di continuità di sé nel flusso evolutivo dell'esperienza della vita e del tempo.
7	It organises all experiences around the sense of "I" and creates the ego, the surface personality.	Organizza tutte le esperienze intorno al senso di "io" e crea l'ego, la personalità della superficie.
8	It is an instrument of the soul, by which it comes into ordered possession of itself and its surroundings.	È uno strumento dell'anima, con la quale entra nel possesso gestionale di sé stessa e del suo ambiente.
9	By the activity of the intelligent will the soul begins the process of awakening.	Con la volontà intelligente al lavoro, l'anima inizia il processo di risveglio.
10	There are two parts to the Mind Proper.	Ci sono due parti della Mente Vera.
11	The Thinking Mind and	La Mente Pensante e
12	The Dynamic Mind.	La Mente Dinamica.
13	The Thinking Mind is essentially a mind of knowledge.	La Mente Pensante è essenzialmente una mente di conoscenza.
14	Here pure reason, free from the senses, deals with abstract ideas, principles and the essential nature of things.	Qui la pura ragione, libera dai sensi, si occupa di idee astratte, di principi e della natura essenziale delle cose.

15	It concerns with a disinterested pursuit of truth and knowledge.	Si occupa di una ricerca disinteressata della verità e di conoscenza.
16	It lives in the world of ideas.	Vive nel mondo delle idèe.
17	The thinking mind finds its satisfaction in the reasoning and logical intelligence.	La mente pensante trova la sua soddisfazione nel ragionamento e nell'intelligenza logica.
18	Its role is to give the right direction to our energy and actions.	Il suo ruolo è quello di dare la giusta direzione alla nostra energia ed azioni.
19	The ability to use reason with any purity is not very common, but the attempt to do so is the topmost capacity of the thinking mind.	La capacità di utilizzare la ragione pura non è molto comune, ma il tentativo di farlo è la capacità più elevata della mente pensante.
20	For action in the world the Thinking Mind depends on the aid of the Dynamic Mind.	Per l'azione nel mondo la Mente Pensante dipende dall'aiuto della Mente Dinamica.
21	The Dynamic Mind is a mind of Will to action.	La mente dinamica è una mente di volontà di Azione.
22	It is a channel for putting ideas into action.	E' un canale per trasformare le idèe in azione.
23	It has a pragmatic intellectuality in which creation and action are its real motives.	Ha un'intellettualità pragmatica in cui la creazione e l'azione sono i suoi veri motivi.
24	It acts by idea and reason.	Agisce tramite l'idea e la ragione.
35	To this pragmatic reason, truth is only a formation of the Thinking Mind effective for the action.	Per questa ragione pragmatica, la verità è solo una formazione della Mente Pensante utile per l'azione.
36	It is in itself, therefore, a mind of the Will to life and action.	È quindi di per sé una mente della Volontà alla vita e all'azione.
37	It uses the Externalising Mind as a channel for manifesting its ideas.	Utilizza la Mente Esternalizzante come un canale per manifestare le sue idee.
38	However, all these three layers of the mind do not work in their own purity.	Tuttavia, questi tre strati della mente non lavorano nella loro piena purezza
39	They are assailed by the defects of the lower instruments.	Sono assaliti dai difetti degli strumenti inferiori.
40	The intelligence and will of the mind must be made free from the invasion of the emotions, desires, drives and the habits.	L'intelligenza e la volontà della mente devono essere liberati dall'invasione delle emozioni, dei desideri, delle pulsioni e delle abitudini.
41	This will purify the intelligent will and its power of pure reason.	Ciò purificherà la volontà intelligente e il suo potere di ragione pura.
42	For further development, the mind must cease from thought and arrive and inner silence.	Per un maggiore sviluppo, la mente deve cessare il pensiero e arrivare al silenzio interiore.



43	Its inward opening would lead to the discovery of the psychic being and its transformative influence.	La sua apertura verso l'interno porta alla scoperta dell'essere psichico e della sua influenza trasformativa.
44	Its upward opening would lead to the spiritual ranges of the mind and their transformative influence...	La sua apertura verso l'alto porta alle ampiezze spirituali della mente e alla loro influenza trasformatrice ...
45	An increasingly silent and still mind would open to the inner and higher ranges of the mind.	Una mente sempre più silenziosa ed immobile, si apre alle ampiezze interiori e più elevate delle sue possibilità.

## 11. The Inner Being or The Subliminal Self

## 11. L'Essere Interiore o Il Sé Subliminale

No.		
1	The subliminal self is a vast and submerged portion of our consciousness.	Il sé subliminale è una porzione vasta e sommersa della nostra coscienza.
2	Our waking mind and ego are only the tip of an iceberg.	La nostra mente di veglia e l'ego sono solo la punta di un iceberg.
3	This tip is experienced as our surface consciousness.	Questa punta viene vissuta come coscienza di superficie.
4	It is our outer being.	E' il nostro essere esteriore.
5	Behind this outer being is our inner being or the subliminal range.	Dietro questo essere esteriore vi è il nostro essere interiore o area subliminale.
6	Behind the outer mind there is a vaster and truer inner mind.	Dietro la mente esterna c'è una mente interiore più vera e più vasta.
7	Behind the outer vital there is a vaster and truer inner vital.	Dietro il vitale esteriore c'è un vitale interiore più vero e più vasto.
8	Behind the outer physical there is a vaster and truer inner physical.	Dietro il fisico esteriore c'è un fisico interiore più vero e più vasto.
9	In these inner ranges are the formations of our larger true individuality.	In queste aree interne vi sono le formazioni della nostra vera e propria individualità.
10	To know our inner being is the first step towards a real self-knowledge.	Conoscere il nostro essere interiore è il primo passo verso una vera conoscenza di sé.
11	It is through dream state that we usually enter the subliminal.	E' attraverso lo stato di sogno che noi solitamente entriamo nel subliminale.
12	It is a subtle dimension of reality.	E' una dimensione sottile della realtà.

13	While dreaming, we move in these subtle worlds using our subtle body.	Mentre sognamo, ci muoviamo in questi mondi sottili usando il nostro corpo sottile.
14	Our material body is only an outer form.	Il nostro corpo materiale è solo una forma esteriore.
15	There is an invisible subtle body enveloping the material body.	C'è un corpo sottile invisibile che avvolge il corpo materiale.
16	The chakras or the centres of consciousness are located in this subtle body, not in the material body.	I chakra o centri di coscienza si trovano in questo corpo sottile, non nel corpo materiale.
17	The subtle body is composed of subtle physical, vital and mental sheaths.	Il corpo sottile è composto da sottili guaine fisiche, vitali e mentali.
18	It is by using one of these sheaths that we move around in its corresponding subtle worlds or planes of consciousness.	Usando una di queste guaine ci muoviamo nei suoi corrispondenti mondi sottili o piani di coscienza.
19	The subtle body is an individual formation.	Il corpo sottile è una formazione individuale.
20	The subliminal extends beyond these sheaths and forms a circumconscient envelope.	Il subliminale si estende oltre queste guaine e forma un avvolgimento circumcosciente.
21	It is through this envelope that the external world consciousness enters into individual consciousness.	Attraverso questo avvolgimento la coscienza del mondo esterno entra nella coscienza individuale.
22	This envelop is surrounded by the ocean of universal mind, universal vital and universal physical consciousness.	Questo avvolgimento è circondato dall'oceano della mente universale, dal vitale universale e dalla coscienza fisica universale.
23	The circumconscient envelope can expand and open to the universal range.	L'avvolgimento circumcosciente può espandersi e aprirsi all'universo.
24	In this concealed subliminal part of our being, our individuality is close to our universality, in constant relation and exchange with it.	In questa parte subliminale nascosta del nostro essere, la nostra individualità è vicina alla nostra universalità, in costante rapporto e scambio con essa.
25	All these together constitute the subliminal and universal ranges of our inner being.	Tutto ciò costituisce gli àmbiti subliminali e universali del nostro essere interiore.
26	Our body exists in this vaster ocean.	Il nostro corpo esiste in questo oceano più vasto.
27	Our inner being does not depend on the sense organs.	Il nostro essere interiore non dipende dagli organi di senso.
28	It can know through a direct contact of consciousness with another consciousness.	Può apprendere attraverso un contatto diretto della coscienza con un'altra coscienza.
29	By this inner contact we can know the thoughts	Con questo contatto interiore possiamo

	and feelings of people around us and feel their impact.	conoscere i pensieri e le sensazioni delle persone intorno a noi e sentire il loro impatto.
30	There is an exchange happening all the time without our awareness.	Vi è uno scambio continuo senza che ne siamo coscienti.
31	Our inner being has subtle senses and their operations bring telepathy, clairvoyance and other supernormal capacities.	Il nostro essere interiore ha dei sensi sottili e le loro attività portano telepatia, chiaroveggenza e altre capacità supernormali.
32	It opens the narrow limits of our physical senses and brings an immense range of knowledge and power that are otherwise inaccessible.	Apri i limiti ristretti dei nostri sensi fisici e porta una vasta gamma di conoscenze e potere che sono altrimenti inaccessibili.
33	From this subliminal come all the greater aspirations, ideals and strivings towards a better humanity.	Da questo subliminale vengono tutte le più grandi aspirazioni, gli ideali e gli sforzi verso una umanità migliore.
34	Below the subliminal are the ranges of the subconscious and the unconscious.	Sotto il subliminale vi sono il subconscio e l'inconscio.
35	These regions are obscure and habitual unlike the subliminal.	Queste regioni sono oscure e compulsive a differenza del subliminale.
36	Above the subliminal are the superconscious ranges	Al di sopra del subliminale vi sono le aree supercoscienti.
37	Usually, the word 'unconscious' is used in the Western psychology to cover the subliminal, the subconscious and the superconscious.	Di solito, la parola "inconscio" viene usata nella psicologia occidentale per comprendere il subliminale, il subconscio e il superconscio.
38	But Sri Aurobindo clearly distinguishes them.	Ma Sri Aurobindo li distingue chiaramente.

## 12. The Psychic Being

## 12. L'Essere Psicico

Sc	Voice Over	
1	Psyche is a Greek word for 'soul'.	Psiche è una parola greca, vuol dire "anima".
2	The soul is a spark of the Divine that supports evolution in the material world.	L'anima è una scintilla del Divino che sostiene l'evoluzione nel mondo materiale.
3	It contains all possibilities and it is the function of evolution to give it form.	Contiene tutte le possibilità ed è funzione dell'evoluzione il dargli forma.
4	The psychic being is formed by the soul in its evolution.	L'essere psicico è formato dall'anima nella sua evoluzione.
5	It is our inmost and true being, behind the surface ego personality.	E' il nostro essere più interno e vero, dietro la personalità dell'ego di superficie.

6	It is the <i>antarātman</i> , or <i>caitya puruṣha</i> in Sanskrit.	In sanscrito è <i>antarātman</i> , o <i>caitya puruṣha</i> .
7	It supports the mind, the vital and the body and grows by their experiences.	Sostiene la mente, il vitale e il corpo e si evolve tramite le loro esperienze.
8	This psychic being is the representative of the central being, known as <i>jivatman</i> in Sanskrit.	L'essere psichico è il rappresentante dell'essere centrale, noto come <i>jivatman</i> in sanscrito.
9	The central being above presides over all the births but it does not descend into birth in time.	L'essere centrale superiore, presiede tutte le nascite ma non si incarna nel tempo.
10	It is our eternal and infinite Self.	E' il nostro Sé eterno e infinito.
11	Spiritual liberation comes by an ascent and union with this universal Self.	La liberazione spirituale viene da una ascesa e unione con questo Sé universale.
12	But for the evolutionary transformation of life and nature, the awakening of the psychic being is indispensable.	Ma, per la trasformazione evolutiva della vita e della natura, il risveglio dell'essere psichico è indispensabile.
13	Our psyche, in its early stages of development, exists only as a divine spark.	La nostra psiche, nella fase iniziale di sviluppo, esiste solo come scintilla divina.
14	This soul spark evolves through the cycles of rebirth through increasingly complex life forms.	Questa scintilla dell'anima evolve attraverso i cicli di rinascita con forme di vita progressivamente sempre più complesse.
15	It is the impeller of evolution on earth, the Agni of the vedic seers.	E' colei che sprona l'evoluzione sulla terra, l'Agni dei veggenti vedici.
16	It carries the essence of experiences from the past births into the present birth.	Porta l'essenza delle esperienze dalle nascite passate alla nascita attuale.
17	It is the knower of our purpose and mission in the world.	E' il conoscitore del nostro scopo e missione nel mondo.
18	This leader of our evolution is behind the veil of our surface consciousness, the ego, the false outer personality.	Questo conduttore della nostra evoluzione è dietro il velo della nostra coscienza di superficie, l'ego e la falsa personalità esterna.
19	Our psychic being reveals itself as a gentle response and preference for all that is True, Good and Beautiful.	Il nostro essere psichico si rivela come una gentile risposta e preferenza per tutto ciò che è Vero, Bello e Meraviglioso.
20	But normally this gentle response gets lost in the flux of surface consciousness.	Ma generalmente, questa gentile risposta si perde nel flusso della coscienza di superficie.
21	Our identification with the mental chatter, the emotional flux and the sensations; veils the messages coming from the emerging psychic being.	La nostra identificazione con il vociare mentale, il flusso emotivo e le sensazioni, vela i messaggi provenienti dall'essere psichico emergente.
22	Therefore it is necessary to establish inner	Quindi, è necessario stabilire un silenzio ed una

	silence and peace.	pace interiori.
23	The psychic being can be discovered by a deep inward journey.	L'essere psichico può essere scoperto con un profondo viaggio interiore.
24	The more we accept this inner call, the more the inner guide reveals.	Quanto più accettiamo questa chiamata interiore, tanto più si rivela la guida interiore.
25	Then, under the influence of the psychic being, the subliminal ranges opens up.	Quindi, sotto l'influenza dell'essere psichico, le aree subliminali si aprono verso l'alto.
26	Deep within the depths of the heart is our psychic being.	Profondamente nelle profondità del cuore è il nostro essere psichico.
27	As the psychic comes forward to take charge of our evolution, the utility of the ego ends.	Non appena lo psichico avanza per prendere in carico la nostra evoluzione, l'utilità dell'ego finisce.
28	The natural attitude of the psychic being is to feel itself as the child of God, the devotee.	L'atteggiamento naturale dell'essere psichico è quello di sentirsi figlio di Dio; il devoto.
29	It is full of love and delight and feels itself as a portion of the divine.	È pieno di amore e delizia e sente sé stesso come una parte del divino.
30	Our true individualisation happens with the emergence of the psychic being.	La nostra vera individualizzazione avviene con l'emergere dell'essere psichico.
31	It brings the experience of oneness with the larger existence and yet acts as a unique centre for the action of the divine in the world.	Porta l'esperienza dell'unità con l'esistenza più grande, e tuttavia agisce come un centro unico per l'azione del divino nel mondo.

## Planes of consciousness

## Piani di coscienza

Sc	Voice Over	
1	Our being has two poles of existence.	Il nostro essere ha due poli d'esistenza.
2	The superconscient pole is above.	Il polo supercosciente è al di sopra.
3	And the inconscient pole is below.	Il polo incosciente è al di sotto.
4	There is vast spectrum of consciousness between these two poles.	Vi è un vasto spettro di coscienza tra questi due poli.
5	Our mind can access only a small range of consciousness that lies in between these two poles.	La nostra mente può accedere solo ad una piccola parte della coscienza che rimane tra questi due poli.
6	Sri Aurobindo divides this full spectrum into two hemispheres, the upper and the lower.	Sri Aurobindo divide questo spettro in due emisferi; il superiore e l'inferiore.

7	The upper half is our divine higher Nature, the formless eternal and infinite existence beyond time and space.	La metà superiore è la nostra Natura divina più elevata, l'esistenza eterna ed infinita senza forma oltre il tempo e lo spazio.
---	--	---

8	The Blissfully Conscious Existence of Oneness, the Satchidananda in Sanskrit.	L'Esistenza Cosciente Beata dell'Unità; Satchidananda in Sanscrito.
9	The lower hemisphere is formed by the three planes of Mind, Vital and Physical worlds in time and space.	L'emisfero inferiore è formato dai tre piani dei mondi della Mente, del Vitale e dal Fisico nel tempo e nello spazio.
10	Between the two hemispheres is the Supermind linking both.	Tra i due emisferi vi è la Supermente che collega ambedue.
11	It is the Mahas or Vijnana of the Vedic Rishis.	E' il Mahas o Vijnana dei Rishi Vedici.
12	Thus, as a whole, there is a vertical hierarchy of 7 planes of consciousness.	Così, nel suo insieme, vi è una gerarchia verticale di 7 piani di coscienza.
13	The Supermind is the creative power that builds the worlds.	La Supermente è il potere creativo che costruisce i mondi.
14	All the higher planes are involved in the physical plane.	Tutti i piani più elevati sono coinvolti nel piano fisico.
15	The evolution unfolding on the earth is in the physical plane, as a result of pressure arising from within the physical plane to express the involved consciousness.	L'evoluzione sulla terra si sviluppa nel piano fisico, come conseguenza della pressione derivata dall'interno del piano fisico per esprimere la coscienza coinvolta.
16	This is supported by a descending pressure from the planes above.	Tutto ciò viene sostenuto da una pressione discendente dai piani superiori.
17	The emergence of human beings on earth is a result of the descend of the mental plane into the physical plane.	L'apparizione degli esseri umani sulla terra è il risultato della discesa del piano mentale nel piano fisico.
18	A yogi can consciously ascend to the higher planes.	Uno yogi può ascendere consapevolmente ai piani superiori.
19	Within the mental plane itself there are spiritual ranges.	All'interno del piano mentale vi sono aree spirituali.
20	First is Higher Mind that transforms our step by step linear thought process into mass ideation	La prima, è la Mente Superiore che trasforma, passo dopo passo, il processo di pensiero lineare in ideazione di massa.
21	Second is Illumined Mind of light, vision and revelatory knowledge..	La seconda è la Mente illuminata di Luce, visione e conoscenza rivelatrice...
22	Third is the Intuition where knowledge comes by identity	La terza è l'intuizione dove la conoscenza arriva per identità.
23	And the Fourth is Overmind, the highest spiritual range of the Mind.	La quarta è la Sovramente, l'area spirituale più elevata della Mente.
24	The Overmind universalises consciousness... ...bringing cosmic consciousness and action.	La Sovramente universalizza la coscienza... ...portando la coscienza cosmica e l'azione.
25	Above the bright lid of Overmind is the plane of	Al di sopra del coperchio luminoso della

	Supermind	Sovramente, vi è il piano della Supermente
26	...where it is no more diversity moving towards unity... ... but unity embracing diversity in the infinity of our being...	.. dove non c'è più diversità verso l'unità ... ...se non l'unità che abbraccia la diversità nell'infinito del nostro essere ...
27	The power of triple time vision, trikaladrishti, embracing the past, present and future arrives at its perfection.	Il potere della tripla visione del tempo, trikaladrishti, che abbraccia il passato, il presente il futuro arriva alla sua perfezione.
28	Knowledge and Will moves together upon the foundation of oneness...	Conoscenza e Volontà si muovono insieme sulla base dell'unità ...
29	But such an ascent does not transform the human nature.	Ma una tale ascesa non trasforma la natura umana.
30	All these higher ranges are yet to fully descend into human beings and manifest their higher operations.	Tutte queste ampiezze più elevate devono ancora discendere completamente negli esseri umani e manifestare le loro operazioni più alte.
31	Only when the dynamic powers of the higher planes descend...	Solamente quando i poteri dinamici dei piani più alti discendono.....
32	...with the psychic being as the support from below....	...con il supporto dell'essere psichico dal basso...
33	...the mental, vital and physical parts of being undergo spiritual and supramental transformation.	... il mentale, il vitale ed il fisico verranno sottoposti alla trasformazione spirituale e supramentale.

2. Physical: The Consciousness of the Body -- Fisico: La Coscienza del Corpo
3. Vital: The Life Force – Vitale: La forza di Vita
4. Lower Vital: The Enjoyer --- Vitale Inferiore: Il Fruitore
5. Central Vital: The Force for Action and Creation – Vitale Centrale: La Forza per l’Azione e la Creazione
6. Higher Vital: The Emotional Being – Vitale Superiore: L’Essere Emotivo
7. Mind: Cognition and Intelligence – Mente: Cognizione ed Intelligenza
8. Physical Mind – Mente Fisica
9. Vital Mind – Mente Vitale
10. Mind Proper: Intelligent Will (Buddhi) -- La Mente Vera: Volontà Intelligente (Buddhi)
11. Inner Being: The Subliminal Self -- L’Essere Interiore: Il Sé Subliminale
12. Psychic being: The Evolving Soul – L’Essere Psichico: L’Anima che Evolve
13. Planes of Consciousness – Piani di Coscienza
14. Parts & Planes: Overview -- Parti e Piani: Panoramica