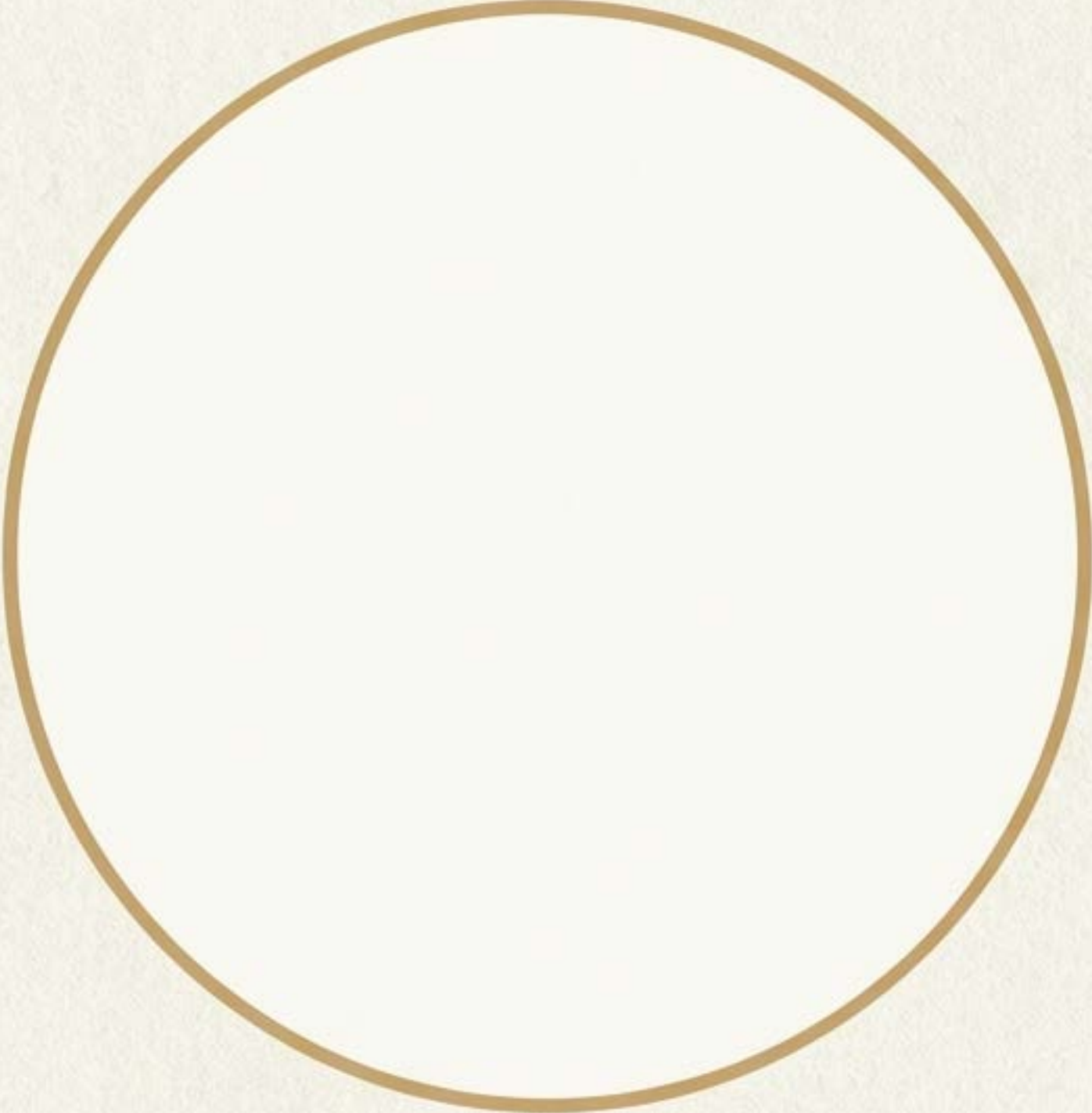




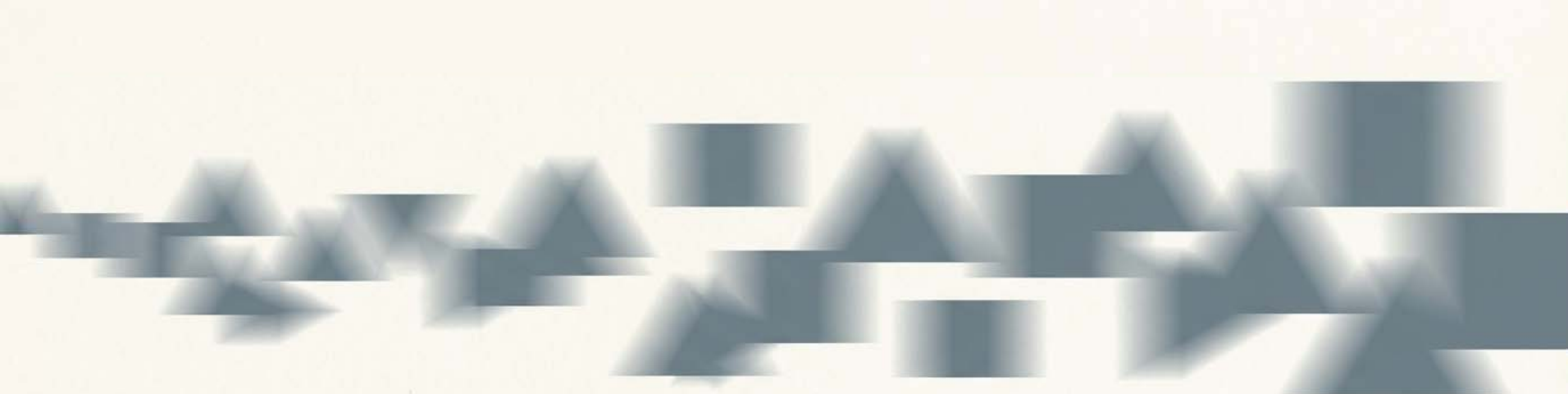
Il luogo dove dovresti essere è già qui.

Quello che vede la concentrazione, e quello
che vede la distrazione, è già il punto di arrivo.
Tutto il resto è solo uno sforzo della mente che
dice: "Devo concentrarmi, devo cambiare".
Ma ricorda: sia la concentrazione che la sua
assenza sono fenomeni osservati.



Non è mistico, è
semplicemente
cosciente.

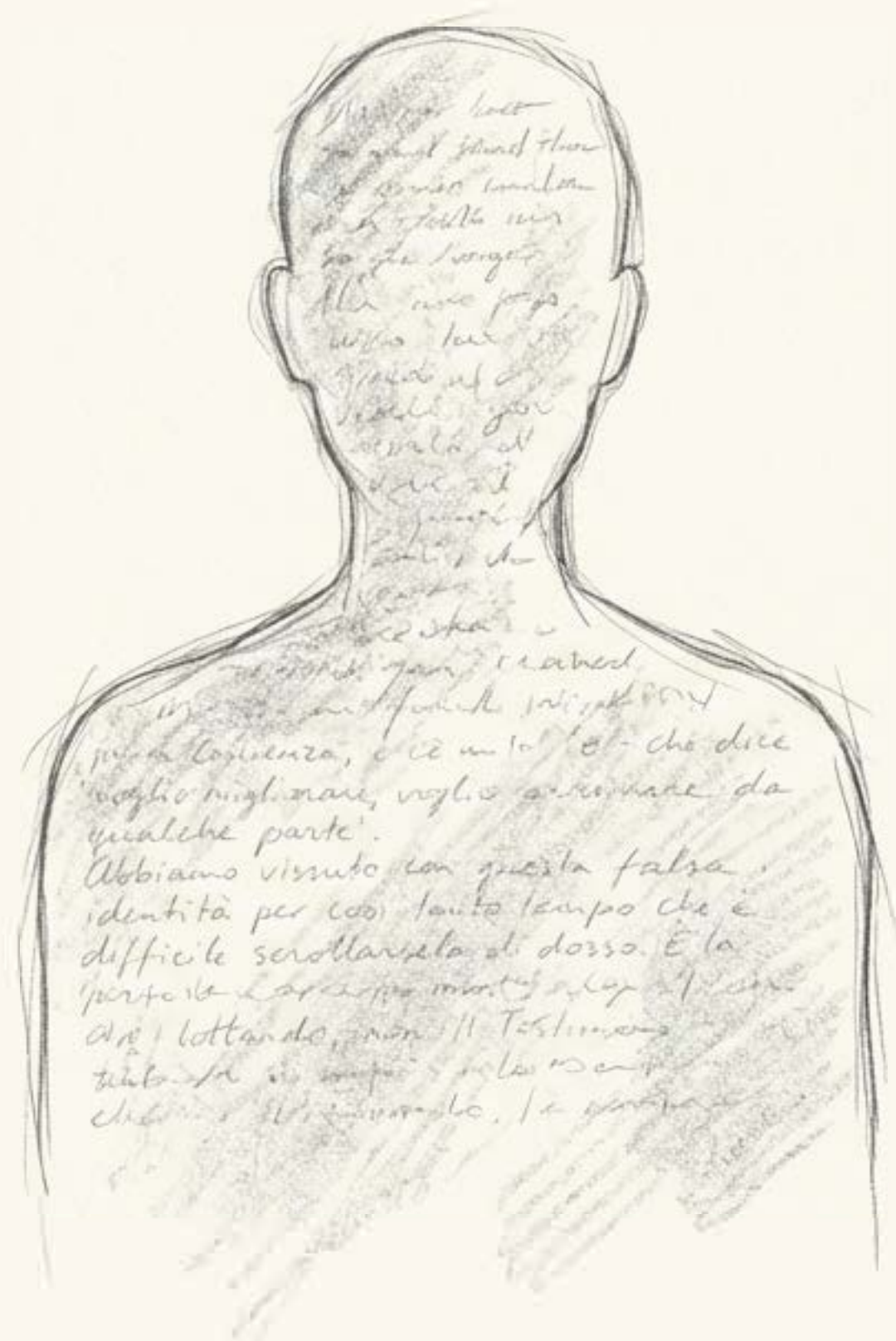
Spesso si pensa che 'Il Testimone' sia un concetto spirituale complesso. In realtà, significa semplicemente che sei cosciente. La Coscienza è il testimone. È semplice: tu sei lì prima che arrivi il pensiero "devo fare questo". Tu sei lì mentre il pensiero accade. E sei lì quando il pensiero svanisce.



Tutto ciò che vedi è solo traffico.

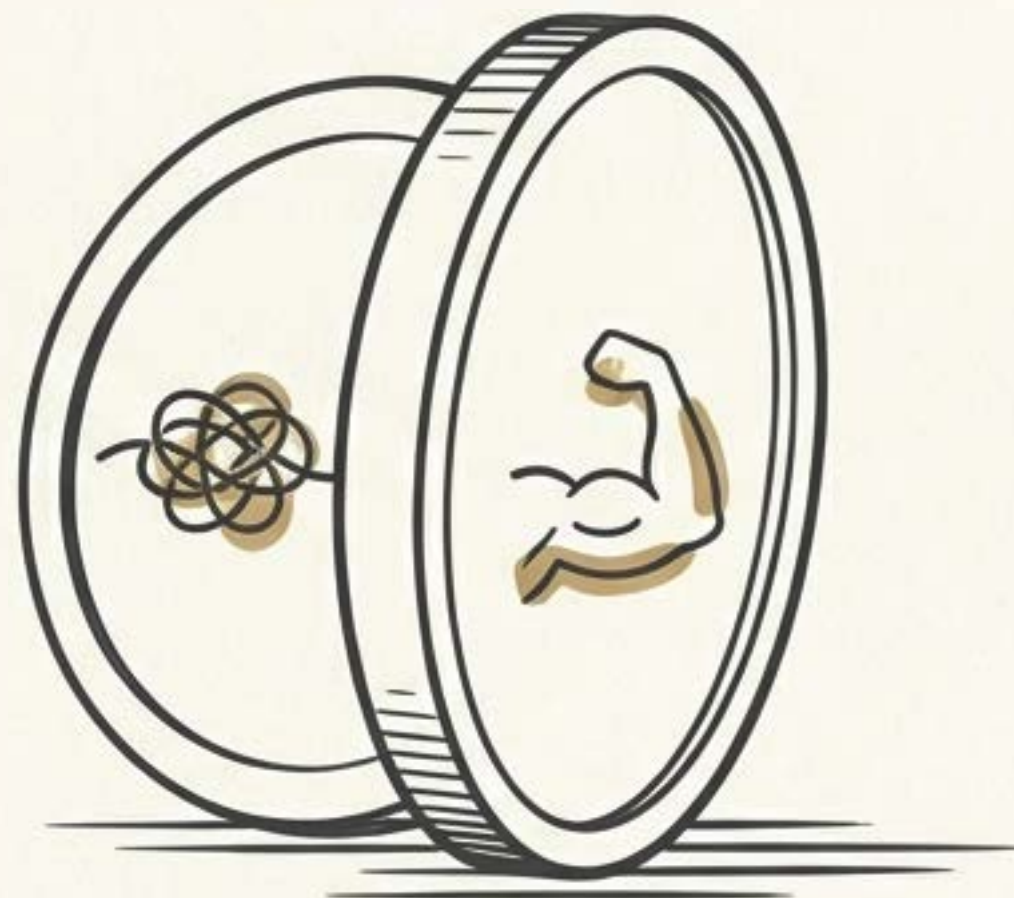
Qualsiasi cosa il testimone veda, non ha bisogno di identificarsi con essa. I pensieri, le sensazioni, persino il desiderio di concentrarsi: è tutto traffico che va e viene. Se se ne va, se ne va. Ma tu non te ne vai. Finché la Ciscienza è qui, quello è ciò che sei.





L'identità personale è colui che lotta.

Quando dici "io", a cosa ti riferisci? C'è un "io" che è pura Coscienza, e c'è un "io" che dice "voglio migliorare, voglio arrivare da qualche parte". Quest'ultimo è personale. Abbiamo vissuto con questa falsa identità per così tanto tempo che è difficile scrollarsela di dosso. È la "persona corpo-mente" che sta lottando, non il Testimone.



Due facce della stessa medaglia.

Quell' 'io' che sente 'devo concentrarmi' e il problema che sta cercando di risolvere non sono separati. Sono due facce di un'unica medaglia. Sono entrambi associati alla mente e all'ego. Il Testimone li vede entrambi. Colui che cerca di liberarsi dalla mente è esso stesso un prodotto della mente.

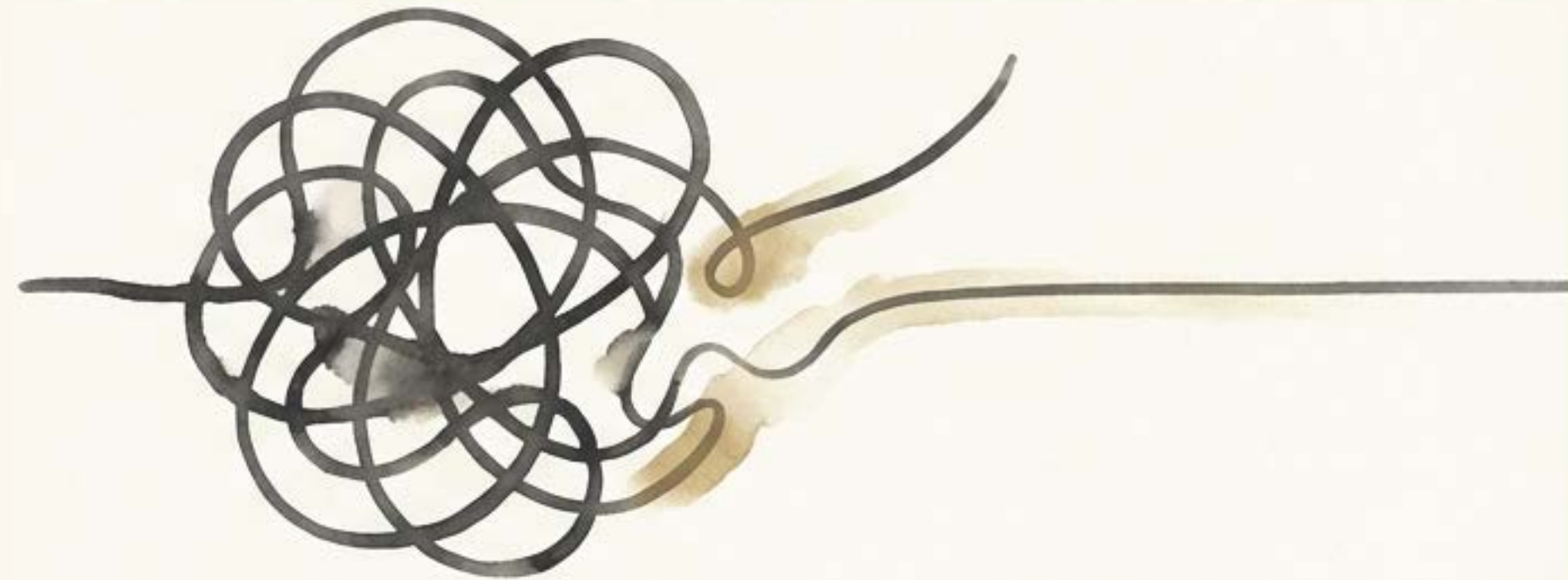
Vicini, ma mai uniti.

Anche se l'identità corpo-mente si sente molto vicina al Testimone, non si fondono mai. Il puro **Testimone** è completamente separato dalla personalità. Il Testimone vede la persona che lotta, che pensa 'non sto i'sto migliorando'. Ma tutto questo è solo immaginazione che sorge nella presenza del Testimone.



C'è una sola cosa da rimuovere.

Spesso chiediamo: "Aiutami a rimuovere tutto ciò che non va". Ma c'è un'unica cosa da rimuovere che non è reale. Tutto il resto deriva da essa. È l'identificazione del Sé con un senso limitato di personalità. Se vedi l'irrealtà di questo, tutte le altre irrealtà smetteranno di disturbarti.



Il prodotto del pensiero.

L'attenzione, l'intenzione, la memoria e l'identità di quella "persona" sono tutte viste. Se sono viste, condividono la stessa irrealtà: sono prodotti della mente pensante. Il tuo vero Sé è ciò in cui tutto questo appare, incluso colui che immagini di essere.



Ciò che rimane è senza tempo.

A un certo punto, si cresce oltre colui che sta crescendo. Colui che cerca di evolvere diventa vecchio e viene dimenticato. Ciò che rimane qui è quello che non invecchia mai.
È senza tempo.

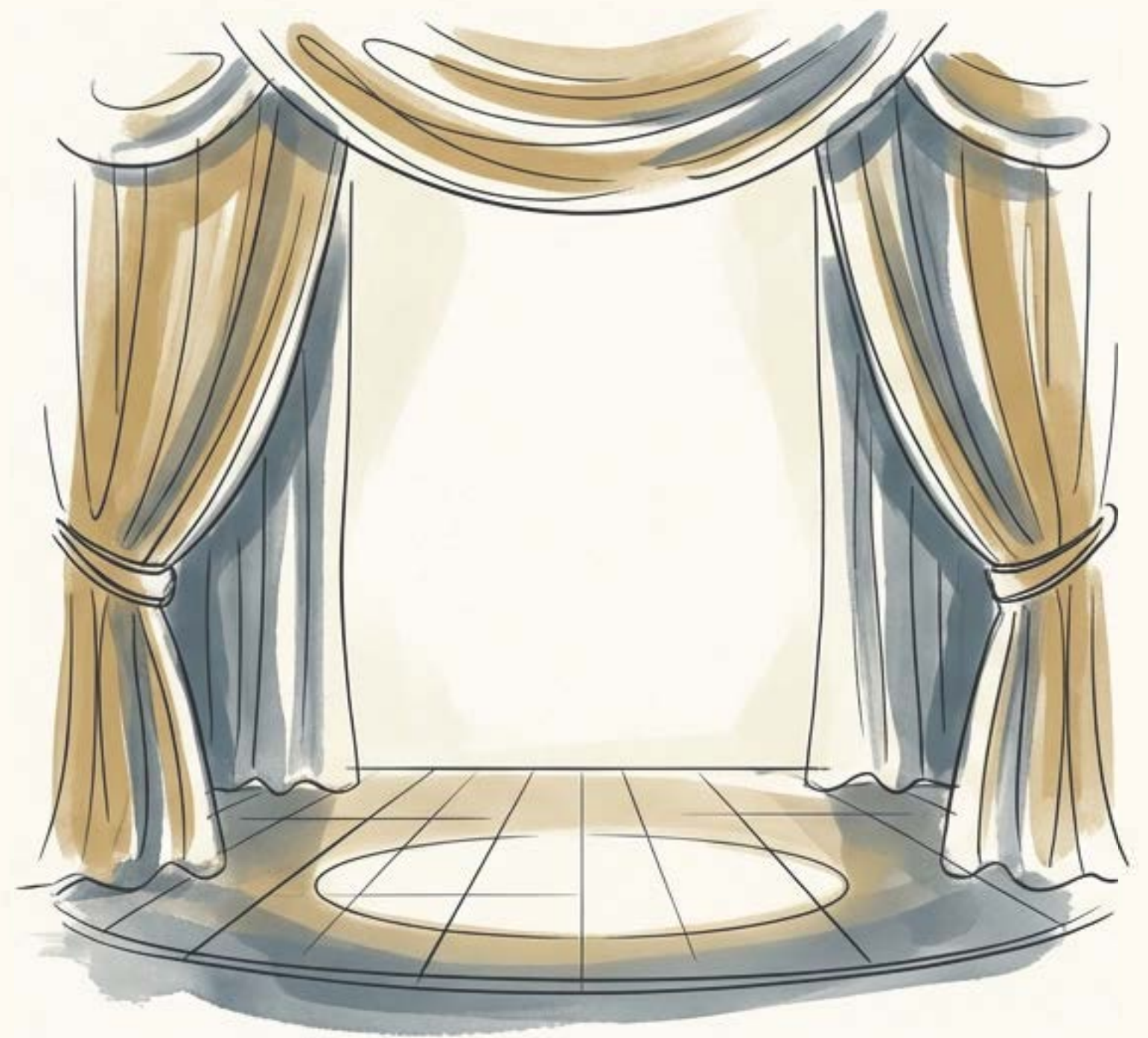


In poche parole.

Se dovessi riassumere tutto l'insegnamento in un guscio di noce:
Tu sei già la cosa migliore del mondo, e la cosa migliore oltre il mondo.
Non siamo da qualche parte in profondità o lontani. Colui che sta
'cercando di arrivare lì' è sognato da colui che non sta sognando.

Il risveglio dal dramma

Il mondo è il palcoscenico. La
Coscienza il palcoscenico. La Coscienza
ha assunto la maschera dell'identità
personale per recitare il dramma
chiamato 'aiutami a superare il mondo'.
Ma verso la fine dello spettacolo, ti
svegli al fatto che stavi sognando. La
sofferenza era reale quanto il sogno.



Sogno vs Realtà.

Dire che è un sogno significa che non lo sentiamo? No, lo sentiamo, lo soffriamo attraverso la mente. Ma proprio come ci si può spaventare immaginando qualcosa, la cosa in sé non è reale. La nostra identità come persona è costruita. L'unica via d'uscita è guardare di nuovo attraverso la lente della verità.



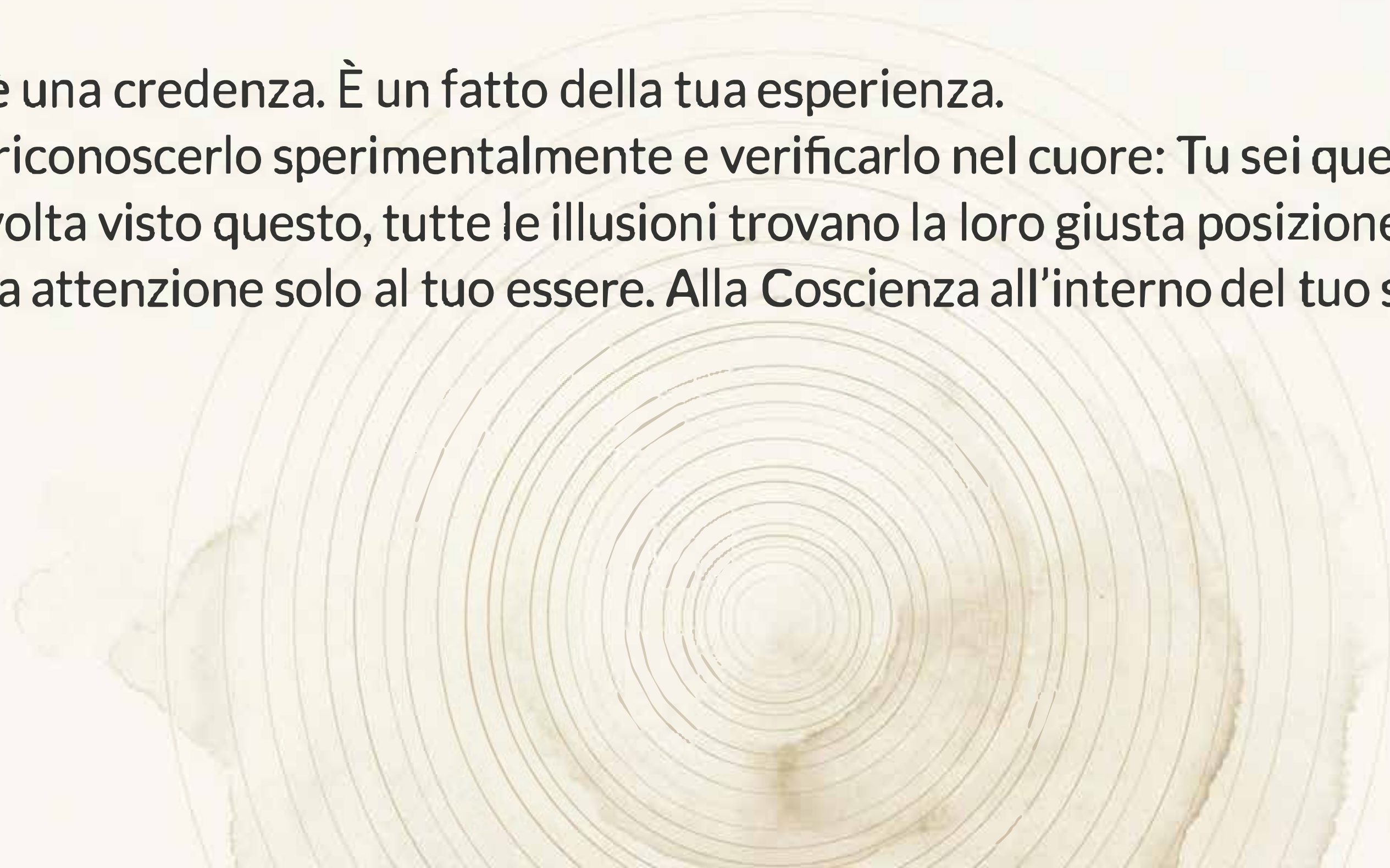
Verificalo nel cuore.

Non è una credenza. È un fatto della tua esperienza.

Devi riconoscerlo sperimentalmente e verificarlo nel cuore: Tu sei quel Sé.

Una volta visto questo, tutte le illusioni trovano la loro giusta posizione.

Presta attenzione solo al tuo essere. Alla Coscienza all'interno del tuo stesso essere.



Il Silenzio.

•

La Pace.

•

L'Armonia.

•

L'Amore.

Nessuna cosa al mondo può darti qualcosa che sia paragonabile a ciò che scopri qui. Tu sei già Quello.