

Il Libro della Luce

La Bibbia Acquariana

Hekaterina Visoko

dell'Alleanza Terrestre

Hekaterina Visoko

Copyright © 2012 Jagannatha Editions

Tutti i diritti riservati

ISBN:

ISBN-13:

SOMMARIO

Prefazione	X
Invocazione	X
Genesi	X
Gli insegnamenti della Madre	X
Le glorie della Madre	X
Gli insegnamenti del Padre	X
Il Libro del Pazzo	X
Gli insegnamenti del Bambino	X
Gli insegnamenti del Maestro	X
Gli insegnamenti dell'Asceta	X
Il Libro del Re	X
Gli insegnamenti del Guaritore	X
Il Libro del Profeta	X
La scienza della Morte	X

PREFAZIONE

Non vi dico che possiedo i tesori di Dio, né che possiedo la conoscenza dell'Invisibile. Né vi dico che sono un Angelo.

Non faccio che seguire ciò che mi è rivelato, annunciare la buona notizia alle persone di buona volontà, a conferma di ciò che già esisteva e a testimonianza dei principi eterni. Non faccio che ripetere ciò che l'Angelo ha ordinato di dire e ricordare agli esseri umani.

Non sono io che parlo, ma lo Spirito mi insegna ciò che bisogna dire, è lo Spirito che parla attraverso di me.

Ascoltatelo e cercate la voce dello Spirito nel vostro cuore, affinché vi dica ciò che è vero e santo. Lo Spirito desidera che venga ristabilita l'essenza della Verità, travisata e nascosta a causa dell'ignoranza e dell'illusione, ricoperta dalla polvere dei secoli e dalle interminabili e soporifere disquisizioni dei dotti.

Esiste una Scrittura ben guardata in cielo, conservata dagli Angeli, una Scrittura dalla quale nascono tutte le altre Scritture, di ogni luogo e di ogni tempo.

Lo Spirito desidera che io parli e annunci ad alta voce ciò che è necessario per quest'era, che accenda la mia lampada e la metta in alto, insieme alle molte lampade degli altri che si accendono in questi giorni, perché faccia luce a tutti coloro che sono nel mondo.

Non c'è nulla di nascosto che non sarà manifestato, quando i tempi maturano e portano frutto. Il ciclo delle ere è giunto al passaggio cruciale.

E' tempo che i dormienti si sveglino, che i figli delle stelle reclamino la propria eredità. Voi che siete nati per questo istante, risvegliatevi alla vostra missione e alzatevi per trasformare il mondo: è giunta l'ora. L'umanità deve nascere di nuovo, attraversare una seconda nascita alla consapevolezza di essere una sola famiglia. Discordia e ipocrisia, guerra e incomprendimento devono lasciare il posto alla fratellanza e sorellanza universale, dove non ci sono più uomini o donne, bambini, giovani o vecchi, ma solo persone, esseri umani.

Tutti gli abitanti dell'Universo e gli esseri delle diverse dimensioni sono interessati a ciò che sta accadendo sulla Terra e osservano attentamente, talvolta intervenendo per aiutare la nascita della nuova era. I saggi e gli asceti potenti, che hanno visto innumerevoli ere e che in quest'epoca trascorsa si sono celati al mondo, osservano attentamente e aiutano costantemente le persone di buona volontà.

La consapevolezza collettiva sta mutando pelle, sta uscendo dal bozzolo dove era entrata crisalide, e il mondo nuovo è già tra noi. L'essere umano nuovo sta nascendo, in questa nuova consapevolezza, ed è collaboratore cosciente della propria evoluzione. Chi non ne viene trasformato sarà trasferito su altri piani di esistenza, più adatti al suo livello di consapevolezza. E' il momento del saldo dei conti, il momento di pagare i debiti e di incassare i crediti, di congedarsi in amicizia dai vecchi compagni di viaggio. Il vecchio mondo finisce e scompare, e il mondo nuovo sta nascendo. Ma nulla di ciò che è vero e buono sarà perduto, anzi, diventerà più evidente agli occhi di tutti.

L'Angelo ha detto che questa è la scelta che si presenta all'essere umano, ad ogni essere umano: aprire gli occhi e rinascere, o chiudere gli occhi e perire. La Terra si scuote, il mare si leva con furia e le sue onde muggiscono immense, le stelle smarriscono il loro splendore, una dura pioggia corrode e avvelena la faccia del mondo. Le terre emerse si inabissano e sorgono montagne di fuoco, le stagioni si accavallano e le piogge inondano i campi dei miseri. Il sole è infuriato, l'acqua si trasforma in veleno.

E' stato detto che negli ultimi giorni di questa era, lo Spirito discenderà su ogni persona, i vostri figli e le vostre figlie profeteranno, i vostri giovani avranno visioni e i vostri anziani faranno dei sogni. Ci saranno prodigi in alto nel cielo e segni in basso sulla terra, sangue, fuoco e nuvole di fumo. Il sole si muterà in tenebra e la luna in sangue, prima che giunga il giorno del rinnovamento. Ed ecco, tutto questo accade come era stato predetto. Le profezie si stanno avverando, questo è il tempo della mutazione, il tempo del risveglio, il tempo della riconciliazione, il tempo del passaggio. Il mondo vecchio sta finendo: uscite ad accogliere il mondo nuovo, lo sposo che viene nella notte, e accendete le vostre lampade per dargli il benvenuto. I principi della religione si sono alzati in volo sopra l'orizzonte e parlano in mille lingue, per ristabilire la conoscenza, proteggere le persone sincere e distruggere l'iniquità. In ogni fiore il Signore ha posto del nettare: siate come l'ape che raccoglie la ricchezza del Signore e la trasforma in miele per nutrire i figli della luce, e se ne nutre a sazietà.

Non temete, quelle che vi porto sono buone notizie. Finalmente, la pace agli esseri umani di buona volontà.

INVOCAZIONE

Aum.

Io desidero percepire e conoscere la Divinità,
l'Infinitamente Affascinante,
La Sorgente di ogni felicità,
l'Onnipotente,
l'Onnipresente,
l'Onnisciente,
l'Intelligente,
la Sorgente di ogni ricchezza,
il Misericordioso,
la Misericordiosa,
il Benevolo,
la Benevola,
il Distruttore,
la Distruttrice,
l'Esistente eternamente,
il Rinunciato,
la Rinunciata,
il Liberatore,
la Liberatrice,
la Forza,
la Sorgente di ogni forza,
la Sorgente dell'illusione,
la Verità Assoluta,
la Sorgente di ogni vita,
il Sostegno di tutto ciò che esiste,
la Voce che risiede nel cuore,
l'Anima dell'anima,
il Padre,
la Madre,
il Figlio,
lo Spirito,
l'Amico
e l'Amante.

Amen.

GENESI

All'inizio senza inizio
lo Spirito immenso
respirava sopra le acque
dell'Oceano delle Cause
e lo Spirito volle sognare
e sognò innumerevoli universi
come gocce rotonde, semi di vita,
minuscole uova contenenti tutti i desideri.

In un respiro li diffuse nell'Oceano dello spazio.

Il seme germogliò e fiori
dall'uovo nacque lo spirito di creazione
e meditò per mille ere.

Prima nacque l'identificazione con la materia,
poi nacque l'intelletto per dividere,
poi nacque la mente con i suoi strati,
poi nacque lo spazio, concentrato di mente,
poi nacque l'aria, concentrato di spazio,
poi nacque il fuoco, concentrato di aria,
poi nacque l'acqua, concentrato di fuoco,
poi nacque la terra, concentrato di acqua,
poi nacquero i corpi, concentrato di terra.

E i corpi crebbero e si moltiplicarono
per tutto l'universo,
minerali, cristalli, micro organismi,
vegetali, pesci, rettili, uccelli, mammiferi,
esseri umani, esseri sovrumani.

E lo spirito di creazione
padre/madre di tutti gli esseri
diede loro la conoscenza
a seconda della posizione specifica
del loro livello di comprensione

e li benedisse con la vita
affinché potessero liberarsi e crescere,
e li benedisse con la morte
affinché potessero liberarsi e crescere.

E diede loro il senso
del collegamento con il divino,
la coscienza di sé stessi uniti e separati,
l'intelletto, l'intuizione e la sapienza,
i pensieri e il potere di controllarli,
e il potere sullo spazio,
sull'aria, sul fuoco, sull'acqua e sulla terra,
e la facoltà di scegliere il proprio cammino.

Gli esseri erano innocenti, saggi e pronti a imparare,
desiderosi di fare un buon lavoro,
consapevoli della loro missione,
uniti con tutte le forme di vita
e con il divino Padre/Madre.

La prima stagione passò,
e nacque la paura, nacque la separazione, nacque il dolore,
nacquero la fatica, l'illusione, l'avidità,
la lussuria, la collera, l'ignoranza, la pazzia,
semi di nuove lezioni
per liberarsi e per crescere.

La seconda stagione passò,
e fiorì la religione,
fiorirono la veridicità, la compassione,
la pulizia e l'austerità, il sacrificio, la pratica e la determinazione,
la meditazione e la consapevolezza.

Fiorirono il controllo di sé, l'azione,
lo studio, la devozione, l'unione.
Fiorirono la virtù, il dovere,
lo sviluppo economico, il piacere dei sensi,
e la liberazione dal condizionamento,
semi di nuove lezioni
per liberarsi e per crescere.

La terza stagione passò,
e i cicli delle ere ruotarono
uno dopo l'altro, con ordine,
la conoscenza fu sepolta profondamente
nel cuore dei suoi figli e delle sue figlie,
e rinacque di nuovo numerose volte
per fecondare il corpo dell'universo.
L'universo partorì civiltà e imperi,
filosofie, scienze, arti, leggi,
credenze, costumi, linguaggi, cibi,
razze, cerimonie, tradizioni,
semi di nuove lezioni
per liberarsi e per crescere.

La quarta stagione passò,
e maturò la morte,
maturarono la dissoluzione, il distacco, la perdita,
la distruzione, l'abbandono,
semi di nuove lezioni
per liberarsi e per crescere.

E arrivò la prima stagione
dove ogni cosa inizia nuovamente
e chi deve terminare le sue lezioni
ha un'altra possibilità.

GLI INSEGNAMENTI DELLA MADRE

Figlie mie divine,
Figli miei divini,
ascoltate il vostro cuore,
che è pronto a parlarvi in ogni istante.

Figlie mie divine,
Figli miei divini,
ascoltate le vostre viscere,
che vi diranno che cosa è bene per voi.

Ascoltate gli innocenti
che sono più vicini alla Madre di voi.
Ascoltate il respiro della vita
che vi porta la Mia voce.
Ascoltate le voci della vita
che cantano i Miei innumerevoli nomi
e le Mie glorie divine
in mille lingue diverse.

Siate felici
perché Io vi amo
anche quando vi punisco.

Svegliatevi
siate consapevoli e imparate
e non avrete più bisogno di alcuna punizione.
Ascoltate dai saggi
mangiate ogni conoscenza,
digeritela, assimilatela,
trasformatela in latte
e nutrite tutti i vostri figli.

Io sono la morte,
Io sono la distruzione,

Io sono la liberazione,
Io sono la ricchezza,
Io sono la conoscenza,
Io sono la creatività,
Io sono l'amore,
Io sono la vita.

Io sono la nave per attraversare
l'oceano del dolore, della paura e del male,
Io sono la pioggia che spegne
l'incendio della mente e dei desideri.

Io sono la compassione,
l'amore, la devozione al Divino,
Io sono Colei che risiede eternamente
nel Cuore di Dio.

Io sono la Madre di tutti gli esseri,
l'Instancabile, l'Operosa,
la Bellissima, dallo sguardo dolce, dalle mani tenere,
la Dolce e la Terribile,
Colei che non dorme mai, che ama i fiori.

Io sono la perfezione, l'offerta e il sacrificio,
Io sono il seme della parola di potere,
Io sono la purificatrice di tutti gli esseri,
Io sono il crepuscolo, la notte e la mattina,
Io sono la pioggia, la neve e la tempesta,
Io sono la potenza, l'opulenza, l'intelligenza, la memoria,
Io sono l'intuizione, il buon senso e l'esempio.

Io sono il potere del suono, la dolcezza nel parlare,
la fama, la bellezza, il profumo della terra e dell'erba.
Io sono la fede e la conoscenza, la coscienza divina,
Io sono il lavoro e il riposo, lo sforzo e il gioco, il pianto e il riso.

Io sono il rituale e la celebrazione,
il sapere delle cose segrete, la conoscenza del sé,
Colei che concede la liberazione,
che controlla i tre livelli di esistenza,

la disciplina e l'apprendimento.

Io sono la novità e la tradizione, la conservazione e il rinnovamento.

Io sono il giorno sacro, il digiuno, l'argilla, la luce del sole,

Io sono la Guaritrice e la Guarigione.

Le Mie infinite forme sono affascinanti,
dolci, meravigliose, terribili e spaventose.

Io sono la Madre Guerriera, la Madre dell'Universo,
che esaudisce tutti i desideri e che sostiene il mondo.

Io sono la Dea Cacciatrice, la Dea della foresta e dei cervi,
la Dea delle nuvole e della pioggia,

Io sono la Dea vittoriosa, che può assumere qualsiasi forma.

Io sono la Dea e la Madre di tutti gli dei,

Io sono la servitrice del Divino,

Io sono la Madre di Dio, Io sono la Sposa e l'Amante di Dio.

Io sono la Vergine e la Madre,

la Levatrice e la Nutrice,

Io sono la Terra, lo Spazio,

colei che ti ha generato, colei che ti ha nutrito,

la sposa del grande, la sposa del saggio,

la Regina, la Maestra, la Maga,

la Sacerdotessa, la Profetessa.

Io sono la vita nella foglia, nel fiore, nel frutto e nel seme,

lo stormire delle fronde, il riflesso sull'acqua,

la corrente del fiume, la brezza sulle cascate.

Io sono l'acqua, io sono la mucca,

Io sono la luce del sole e della luna,

Io sono il sale, il miele e l'erba medicinale.

Io sono la potenza del fuoco

Io sono la figlia del sole, ornata dalla mezzaluna, con un diadema di stelle.

Se tu desideri uno sposo o una sposa,

dei figli e delle figlie, amici e benefattori,

pace, prosperità, ricchezze, cibo, veicoli, greggi e campi,

case, abiti, ornamenti, bellezza,

amore, denaro, conoscenza, felicità, protezione,

potenza, soddisfazione, piacere, successo,

lunga vita, salute, intelligenza,
la salvezza e la distruzione dei tuoi nemici,
tu devi meditare su di Me
e chiederMi ciò che desideri.

Senza di Me
nulla si può ottenere o conservare.
Io distruggo ogni ostacolo sul tuo cammino.
Anche una piccola preghiera Mi fa piacere.
Le Mie qualità e le Mie potenze
le Mie forme e i Miei nomi
sono innumerevoli
come le stelle nel cielo,
quelle che vedi e quelle che non vedi.

Mia è la vendetta, Mia è la punizione,
perché Mio è il piano che tu non conosci.
Io sono Colei che dà,
Io sono Colei che toglie,
tutti gli esseri sono benedetti nel Mio nome.
Chi pecca contro di Me
si maledice da solo e raccoglie infinita disperazione.

O tu che ogni giorno
nasci dal Mio utero
e succhi il latte del Mio seno,
sappi che sei sempre dentro di Me.

Io sono Tua
e tu sei Mio.

LE GLORIE DELLA MADRE

Gloria alla Madre che accoglie la sottomissione totale
Gloria alla Madre consolatrice
Gloria alla Madre dell'unione con le forze cosmiche
Gloria alla Madre del pensiero creatore
Gloria alla Madre della bellezza dell'universo
Gloria alla Madre dell'integrazione
Gloria alla Madre della prosperità e della ricchezza
Gloria alla Madre della fiducia
Gloria alla Madre del sacrificio e dell'offerta
Gloria alla Madre del perdono totale
Gloria alla Madre della scala d'amore
Gloria alla Madre dell'accettazione totale
Gloria alla Madre della forza e del coraggio
Gloria alla Madre liberatrice
Gloria alla Madre della vittoria
Gloria alla Madre della rinuncia
Gloria alla Madre della perseveranza
Gloria alla Madre soccorritrice
Gloria alla Madre del trionfo finale
Gloria alla Madre dell'Universo

GLI INSEGNAMENTI DEL PADRE

Il Padre dei Cieli ha stabilito le modalità della creazione e provvede ogni giorno al nutrimento dei Suoi figli, incessantemente. Egli vede, ascolta, sa, conosce e ordina ogni cosa, è Colui al quale si deve rendere conto.

Egli è il Giusto e il Guardiano che veglia e controlla, che conosce la realtà delle cose, Colui che sprofonda gli infedeli nell'abisso e spezza la schiena dei tiranni, Colui che libera dalla schiavitù e moltiplica i beni di chi dà, Colui che dona la grandezza e la rovina, il guadagno e la perdita, Colui che risollewa e che risveglia, che mostra il giusto cammino, che accetta il pentimento, il Compassionevole e Misericordioso, il Clemente, Colui che molto perdona, che ascolta le suppliche e accoglie i supplicanti, che è paziente nell'attesa.

Egli apre le porte della misericordia ai Suoi servitori e ricompensa i riconoscenti, che assume su di Sé le questioni dei Suoi servitori e rende testimonianza in loro favore.

L'Altissimo è il Dio di tutti gli dèi, di tutti gli angeli e di tutti i demoni. Ogni essere e ogni potenza si inchina a Lui. E' il Signore della grandezza e della forza, della gloria e della giustizia, della maestà e della verità, è indipendente e non ha bisogno di nulla.

La Sua esistenza è chiara ma le Sue realtà sono nascoste, è l'Eccellente, il Benefico, il Munifico, il Glorioso, l'Unico, l'Invitto, l'Incomparabile e Ineguagliabile, il Rifugio e il Benefattore, che agisce con potenza e dona la somiglianza a Sé.

Il Signore è il supremo puro, il Vivente, l'Eterno, l'Erede, che conosce ogni foglia, ogni stelo d'erba, ogni granello di sabbia e chiama per nome ogni stella. Il Signore è presente in ogni atomo e protegge l'universo intero, parla con ogni essere nella sua lingua ed espande costantemente la conoscenza dei saggi.

Il Signore Supremo, sostegno del cielo e della terra, è la fonte di ogni perfezione. Nulla accade senza il Suo consenso, e nulla sfugge al Suo sguardo. Il Suo corpo è completamente spirituale, senza traccia di materialità, eppure è molto più reale della materia.

E' senza inizio e senza fine, il Primo e l'Ultimo, perché esisteva ancora prima del primo essere creato ed è la causa prima di ogni causa, pur senza avere causa all'infuori di Sé stesso, ma non può essere toccato dalla vecchiaia o dalla malattia o da qualsiasi imperfezione o difetto.

Il Suo essere è la fonte di ogni conoscenza, l'essenza di ogni beatitudine, fondamento di ogni esistenza, non limitato dal tempo e dallo spazio, eternamente giovane e sempre attraente.

Padre di tutti gli esseri, non li abbandona mai, ma segue con trepidazione e affetto i loro incerti passi sulla via che li riporta a casa, la casa della pace e della felicità.

Egli dà la vita, dà la morte e fa ritornare.

Il volto di Dio è sempre rivolto verso ogni direzione, ma solo chi Lo vede conosce il Suo colore perfetto e meraviglioso.

La Sua parola riverbera in tutto l'universo, eppure solo chi lo desidera la può ascoltare.

Il Signore dice:

"Figli miei divini, figlie mie divine, da molto vi attendo con ansia. Quando tornerete a sedervi con Me nella vostra casa? Perché avete dimenticato la vostra eredità, e vagate miseri e sperduti nell'illusione del deserto implorando un miraggio dopo l'altro? Venite, la terra promessa, il Giardino dell'Eden, vi attende, non è affatto lontano, non è mai stato lontano. E' nel vostro stesso cuore, lì dove Io siedo e vi attendo.

Ho camminato con voi per migliaia di vite, contento di accompagnarvi in silenzio quando non avevate voglia di ascoltare, o di rispondere alle vostre domande quando avevate sete di sapere. O figli dello spirito, non indugiate più, ma volgete lo sguardo al vostro unico Amico, e lasciatevi prendere per mano. Osservate i segni dei tempi.

La Mia Via è aperta, i Miei sentieri sono stati raddrizzati, ogni burrone è stato riempito, ogni monte e ogni colle è stato abbassato, i passi tortuosi sono diventati diritti, i luoghi impervi spianati.

Ogni essere umano può ora vedere la salvezza di Dio! E' giunta l'ora in cui il magazzino viene aperto e il grano distribuito liberamente: chiunque ne voglia si faccia avanti e riempia la sua misura. Il seme piantato è germogliato e ha portato frutto: venite dunque, e raccogliete la mia messe abbondante, nutrimento del corpo e dell'anima. E' giunta la stagione del raccolto."

Gli ignoranti hanno preso la parola del Signore, trasmessa continuamente in tutte le ere, e l'hanno distorta in superstizione e sfruttamento. Non hanno ascoltato i segni di Dio, hanno ucciso e torturato i Suoi profeti, hanno nascosto la Sua Parola, hanno insegnato false dottrine nel Suo nome.

Essi dicono:

"Non abbiamo noi forse mangiato e bevuto in Tua presenza, benedetto il pane e il vino e cantato gli inni sacri? Non abbiamo noi forse professato la Tua religione e la Tua superiorità? Non abbiamo noi forse agito con sollecitudine e zelo per stabilire l'ordine religioso e la purezza della fede? Non abbiamo noi forse estirpato con decisione e severità l'eresia, la stregoneria, la magia, il paganesimo, l'idolatria e le false religioni?"

Tutto ciò l'abbiamo fatto come fedeli servi di Dio! Abbiamo schiacciato il serpente, bruciato la gramigna, lavato il peccato originale con il sangue dei pagani e degli infedeli. Abbiamo promesso il paradiso ai nostri seguaci e l'inferno a chi metteva in dubbio le nostre parole, abbiamo raddrizzato gli alberi storti e demolito le montagne che ci davano fastidio. Soltanto attraverso il nostro Patto i popoli possono raggiungere Dio; ogni altra via è falsa e perversa."

Ma nell'ultimo giorno, nell'ultimo giorno della vita di ogni essere umano, il giorno del giudizio, quando tutti sono chiamati a rendere conto di come hanno usato il tempo loro assegnato, il Signore dirà loro:

"Allontanatevi da Me, voi che avete commesso innumerevoli crimini e iniquità! Quando alzate le vostre mani in preghiera, Io distolgo il Mio sguardo da voi, perché le vostre mani sono macchiate di sangue! Non vi ho mai chiesto di uccidere o di tormentare, anzi, vi ho avvertito che di ogni sangue sparso e di ogni sofferenza inflitta vi verrà chiesto conto. La vostra sete di potere vi ha fatto chiudere gli occhi contro la realtà, le orecchie contro la verità, la bocca contro la giustizia.

L'inferno l'avete portato con voi ovunque siete stati, e il serpente del male è solo nella vostra mente. Avete tagliato il velo della Mia sapienza fino a farne uno straccio per le vostre scarpe, e i pezzi che non vi servivano li avete bruciati.

Pensate forse che esista qualche verità fuori di Me? Pensate forse che esista qualche potere fuori di Me? Stolti e ignoranti! Avete bruciato il grano e macinato la gramigna per farne un pane che non ha nutrito nemmeno voi stessi.

Avete nascosto la Mia parola e la parola dei Miei molti profeti in sotterranei oscuri, buttandone via la chiave.

Avete cercato di renderMi storpio, cieco e muto, privo di volontà, di sentimenti, di desideri e di potere. Pazzi! Non sapete che avete storpiato solo voi stessi?

Avete cercato di innalzare altri dèi contro di Me. Non sapete che Io sono l'unico Dio, nel quale tutto esiste, esisteva ed esisterà?

Non sapete che i Miei nomi, le Mie forme, le Mie qualità e le Mie lingue sono innumerevoli? Non sapete che Io sono Maschio e Femmina allo stesso tempo? Che l'Oscurità altro non è che mancanza della Mia Luce?

Come siete arrivati ad adorare le vostre stesse limitazioni al posto della Mia sconfinata immensità? Uomini di poca fede! Avete sperperato i Miei talenti e gettato il Mio gregge in pasto ai lupi.

Avete fatto del Mio tempio una tana di ladri e di predoni, instaurando un monopolio e delle tasse sui doni che Io offro liberamente. Mi avete onorato con le labbra ma il vostro cuore era lontano da Me, invano Mi avete reso culto, insegnando dottrine che sono precetti di uomini.

Avete legato pesanti fardelli sulla schiena altrui, ma voi non li avete mossi neppure con un dito. Avete chiuso la porta del regno dei cieli davanti ai Miei figli e alle Mie figlie, perché così voi non vi entrate e non lasciate entrare nemmeno quelli che vogliono entrarvi.

Avete percorso il mare e la terra per fare proseliti, e ottenutigli, li avete resi figli dell'inferno peggio di voi.

Sepolcri imbiancati, eleganti e maestosi a vedersi, ma dentro pieni di ossa di morti e di ogni putridume! Guide cieche, che filtrate il moscerino e ingoiate il cammello, che pulite l'esterno del bicchiere e del piatto mentre all'interno siete pieni di rapina e di intemperanza.

Io vi ho mandato profeti, sapienti e scribi; di questi alcuni ne avete uccisi, torturati e bruciati, altri li avete perseguitati con calunnie e infamità, perché ricada su di voi tutto il sangue innocente versato sopra la terra.

Ecco: la vostra casa sarà lasciata deserta!

Avete oscurato il Mio sole con nubi di terrore, avete corrosato e sventrato le Mie montagne e le Mie pianure, avete avvelenato i Miei fiumi con le vostre immondezze, avete sporcato il Mio oceano con i vostri rifiuti, avete corrotto il cuore dei Miei figli e delle Mie figlie con la vostra oscenità e la vostra paura.

Ora scendete nelle sfere più basse, ad imparare la grammatica del dolore e l'aritmetica delle conseguenze dell'azione sotto la tutela dei maestri e dei guardiani del fuoco."

In quel giorno il Signore asciugherà le lacrime di coloro che hanno pianto per la verità, consolerà il loro cuore e mostrerà loro un sentiero sicuro. Dio asciugherà tutte le lacrime e non ci sarà più morte, né dolore, né pianto, né alcuna altra sofferenza.

E dirà loro:

"Venite, anime benedette, ricevete in eredità il regno preparato per voi fino dalla fondazione del mondo. Avete superato le vostre lezioni e avete imparato ciò che dovevate imparare. Perché siete stati attenti ad ascoltare la Mia voce e a seguire i Miei segni, perché avete vissuto come fedeli studenti della vita, senza pensare di essere i proprietari di ciò che usavate per il bene comune. Perché avete amato e avete perdonato, perché avete mostrato compassione e misericordia, perché avete lavorato seriamente per crescere. Perché avete operato la pace, e avete difeso la giustizia e la verità. Venite e procedete nel corso superiore di studi, perché avete superato i vostri esami. Ora comprendete finalmente lo scopo di tutte le vostre sofferenze e le vostre tribolazioni, che in realtà sono state benedizioni che vi hanno spinto verso il compimento della missione della vostra vita."

Il Signore dice:

"Io sono l'Amico e il Testimone, io sono il Giudice e il Guardiano della religione di tutte le religioni, il Re e il Creatore, sono Colui che vede, che sa, che ascolta, che osserva e che provvede. Io sono Colui che alimenta la fede, protegge la salvezza, spinge gli esseri sul cammino dell'evoluzione, modella e decide, parla, concede e insegna.

Io sono Vita, Io sono Conoscenza, Io sono Potere, Io sono Volontà, Io sono Verità. Io assegno gli incarichi agli angeli e alle potenze dell'universo. Io sono il Padre, il Maestro, l'Amico, il Figlio, lo Sposo e l'Amante. Io creo, mantengo e distruggo gli innumerevoli universi per amore dei Miei figli e delle Mie figlie, perché possano crescere e liberarsi.

Le Mie benedizioni non sono ristrette a qualche gruppo o parte dell'umanità.

Chiunque Mi desideri e Mi onori, in qualsiasi forma, in qualsiasi luogo e in qualsiasi tempo, in qualsiasi tradizione spirituale, è parte del Mio popolo eletto.

Diventate Miei amici e certamente trionferete. Se Mi amate, fate la Mia volontà: Io vi amo e perdonerò qualsiasi cosa nel nome dell'Amore. "

O anima sincera, figlia della luce, la vera religione è la sottomissione alla volontà di Dio e alla Sua guida. Ama il Signore Dio tuo con tutto il cuore, con tutta la mente e con tutta la forza.

Non temere il biasimo del mondo, l'odio senza ragione o l'incomprensione degli ignoranti. Sii semplice e prudente, sincera e silenziosa, docile e incrollabile, mansueta e valorosa nella battaglia.

Sii umile con i credenti, distaccata con i non credenti, sforzati di seguire la via di Dio con pazienza, tolleranza, entusiasmo e determinazione. Se uno vuol essere glorioso, sia l'ultimo di tutti e il servo di tutti: questa è la vera gloria.

La più grande opulenza sta nella rinuncia volontaria a ciò che il Signore non ti concede, nell'accettazione gioiosa di qualunque cosa il Signore ti mandi. Non ti appropriare con la violenza di ciò che Dio non ti dà, non togliere ai tuoi fratelli e alle tue sorelle il sostegno della loro vita.

Non infliggere sofferenza o morte quando sia possibile evitarlo: questo vale anche per tutti gli animali e per tutte le piante. Ogni animale, ogni insetto e ogni pianta nasce da Dio ed è figlio di Dio come te, e il Signore ti chiederà conto di ogni sofferenza che tu avrai causato o permesso con la tua indifferenza. Ama e rispetta la terra che il Signore tuo Dio ti ha dato da coltivare e da conservare, e rendila bella, sana e pulita, prospera e felice.

Ascolta le glorie di Dio e cerca di comprenderLo nei Suoi misteri. Ciò che non comprendi, rispettalO ugualmente, fallo oggetto costante della tua meditazione, e un giorno ti sarà manifesto.

Canta e recita i nomi del Signore, il Potentissimo.

Il Signore possiede i nomi più meravigliosi: invocaLo con questi nomi, chiama il

Signore, con il nome che preferisci, celebra il Santo Nome del Signore e glorificaLo in compagnia delle persone buone, glorificaLo mattina e sera.

Il Santo Nome del Signore non è differente dal Signore stesso: in qualsiasi momento Lo invocherai, ti verrà in soccorso. Servi il Nome del Signore con fede e amore, e non trascurarLo mai. Non agire per il riconoscimento degli esseri umani, ma per fare ciò che è bene e giusto. Il Signore vede nel cuore di tutti gli esseri e ti darà la giusta ricompensa.

Ricorda sempre il Signore e la Sua misericordia, e il Signore ti ricorderà sempre. Dio non è insensibile a ciò che fai e dici, nota ogni tuo piccolo sforzo e scrive ogni cosa nel libro delle tue azioni. Sii tollerante con i tuoi pensieri nefasti, ma non permettere loro di governare la tua vita. Purificati costantemente, internamente ed esternamente, e risollevati con pazienza ogni volta che cadi. Il Signore ti conosce e ti guarda con affetto in ogni momento della tua vita, sa di che cosa hai bisogno e te lo prepara affinché tu lo trovi ogni mattina.

Ringrazia il Signore tuo Dio e non rifiutarLo, e spera di poter vedere un giorno il Suo volto ed essere benedetta dal privilegio della vicinanza della Sua Persona.

Servi solo il Signore tuo Dio, prostrati a Lui in adorazione, stabilisci la Sua adorazione all'inizio, alla metà e alla fine del giorno. Cerca l'aiuto del Signore con la preghiera e la pazienza, ma fallo in privato, senza ostentare la tua religiosità di fronte al pubblico per averne gloria e fama.

Obbedisci a Dio e al Suo messaggero, affinché tu possa ricevere la Sua misericordia, ed esserne guidata dall'oscurità verso la luce, dall'ignoranza verso la conoscenza, dalla paura verso la fiducia.

Diventa l'amica e l'amante del Signore, e affidati a Lui in ogni cosa.

Fai amicizia con i Suoi angeli, prega per loro e loro pregheranno per te.

Gli angeli del Signore prenderanno dimora presso di te, ti faranno compagnia, ti consoleranno e ti custodiranno, ti sosterranno con le mani perché il tuo piede non inciampi in una pietra.

Ti nutriranno con il pane del cielo e il nettare dell'immortalità, e tu non mancherai di nulla.

Essi cammineranno sempre alla tua destra, e ti accompagneranno in ogni luogo.

Sacrifica una parte del tuo denaro e di ciò che hai per il piacere di Dio e non temere la povertà, perché è meglio per te accumulare crediti nella banca del cielo che accumulare tesori sulla terra, dove i ladri rubano, la ruggine consuma e il tempo distrugge.

A che ti serve guadagnare il mondo intero, se hai sperperato il tuo tempo e perduto la tua coscienza? Ogni secondo di tempo che passa è un secondo che hai speso e che non potrai riacquistare mai più, un secondo che doveva servire al bene e al progresso.

Ama il tuo prossimo come te stessa, ma non dimenticare di amare te stessa. Con la stessa

misura con cui misurerai agli altri, sarai misurata anche tu, anzi ti sarà dato di più. Non giudicare se non vuoi essere giudicata, non fare agli altri ciò che non vorresti sia fatto a te. Sii gentile con chi soffre e paziente con gli ignoranti.

Tratta l'orfano, il pellegrino, lo straniero, il povero, il malato come tuoi stessi figli, perché il Signore conosce ogni cosa e scrive ogni giorno nel libro della tua vita.

Non guardare i piccoli difetti e le mancanze del tuo prossimo, ma chiedi aiuto al Signore per vincere i difetti che ti appesantiscono.

Segui gli insegnamenti delle scritture applicandoli a tempo, luogo, circostanza e persona: la conoscenza appartiene al Signore, ed Egli la manifesta al suo tempo debito.

Le persone di scarsa intelligenza che non comprendono Dio s'inorgoliscono e arrivano persino a pensare di essere liberate, o di essere addirittura diventate Dio.

Ma tu sei una goccia d'acqua, e il Signore è l'Oceano infinito, ricco di onde e di correnti, popolato di grandi esseri acquatici.

Tu hai la stessa natura del Signore, ma non potrai mai contenere tutta la Sua immensità.

Se fai il bene e segui gli insegnamenti di Dio per averne un beneficio in cambio, otterrai ciò che desideri, persino il paradiso.

Ma se fai il bene e segui gli insegnamenti di Dio senza desiderarne ricompensa alcuna, per puro amore verso il Signore, senza dubbio entrerai nella Sua dimora personale e diventerai un Suo eterno compagno.

IL LIBRO DEL PAZZO

L'Angelo:

"Amico mio, cos'è mai la pazzia se non l'incapacità di controllare la mente? La mente è la nostra più grande amica ma può diventare la nostra più grande nemica, quando selvaggia e potente ci rende schiavi di ogni suo capriccio e ci avvelena con la paura, la pigrizia, l'egoismo, l'orgoglio, l'invidia, l'odio, la rabbia, il risentimento, l'avidità, la diseguaglianza, la competizione, la guerra, l'invidia, la vendetta, la depressione, la disperazione, la vergogna, l'abuso, la dimenticanza di chi siamo veramente.

La mente è un labirinto nel quale ci si può perdere per migliaia di vite fino a dimenticare di esserci entrati. Nei suoi cunicoli a molti livelli, viscosi e bagnati, abitano folletti, fantasmi, draghi, diavoli, vampiri, cannibali pronti a divorare ogni tua buona qualità.

Li hai nutriti con il senso il colpa, l'ozio, l'indifferenza, l'ignoranza, i pregiudizi, i discorsi futili, il culto dell'orrore e della paura. La pazzia ha un suo metodo - sembra sensata, sembra normale, sembra la strada che devi percorrere.

Dalle paludi del tuo subcosciente emergono mostri che sono i tuoi maestri - più li fuggi, tappandoti le orecchie e chiudendo gli occhi alle loro lezioni, più sarai dominato dalla paura e più essi ti appariranno terribili."

Il Pazzo:

"Io conosco gli orrori degli angoli bui della mente. Sussulto ad ogni rumore, guardo sotto il letto e negli armadi la sera temendo e desiderando di scorgervi l'orco sul quale proiettare il mio odio verso me stesso. Quando cammino per strada spio ansioso i volti della folla cercando e attirando ostilità, rabbia, aggressione, perché il demone che tiene le chiavi del mio subconscio non è mai stanco di tormentarmi.

Ho terrore del vuoto e della solitudine, perciò li riempio di chiacchiere e di suoni, li zittisco con un'estasi chimica ingannatrice e illusoria, li annego nel vino e li anebbio nel fumo. Ogni nuovo giorno mi angoscia, uguale agli altri, perché mi sono condannato alla disperazione invece che alla speranza e mi sono cacciato in un vicolo cieco dal quale non sono più capace di uscire. Chi mi aiuterà?

Mia madre non sapeva, mio padre non aveva tempo, i miei maestri non sono stati capaci di ascoltare e i preti mi hanno spaventato con il loro Dio intollerante di collera e di vendetta. Ho buttato via l'amore e il lavoro, ho sperperato il mio cervello e il mio corpo. Nel mio cuore c'è la notte più fonda, dove altri fantasmi nudi e pallidi come me strisciano verso fuochi che non scaldano, verso bagliori rossi lampeggianti sotterranei.

Dov'è l'uscita da questo tunnel dell'orrore? L'ho persa, e vago tremando torcendomi le mani. La mia vigliaccheria mi spingerebbe a troncare una vita che mi sembra pronta per il bidone della spazzatura - se ogni notte i fantasmi di migliaia di altri che mi hanno preceduto non mi mostrassero l'inutilità suprema del suicidio.

Fratello mio, chi si uccide non muore, non fa che buttar via il corpo e resta a piedi in una terra di angoscia, in una dimensione parallela, per un tempo interminabile. Nessuno può sfuggire alle sue lezioni.

Ma che vedo? L'ora più buia è quella che precede l'alba. Tra le nebbie del paese dei morti nel quale mi aggiro già in questa vita è apparso un raggio di sole, un'opportunità che temo di non meritare. Perché mi ostino a farmi del male? Non so che sono sempre io l'artefice del mio destino?

Chi non è pazzo in questo mondo, almeno un po'?

Il mio angelo appare a consolarmi. Mi prende per mano, mi accompagna a ripercorrere ad occhi aperti i labirinti ciechi dove ad ogni svolta devo affrontare un mostro sanguinario per scoprire che in realtà si tratta di una fetta del mio io perduto, incatenato, affamato, trascurato."

L'Angelo:

"Quel vampiro che vedi laggiù è la paura che ti succhia l'energia, è un te stesso tanto terrorizzato dal tempo che passa da permettere ad altri sciocchi di sprecare il tempo prezioso della tua vita e le tue energie. Affronta il vampiro: digli di no. Senza il tuo permesso, non può farti nulla. Quando sorge l'alba della tua consapevolezza, tutti i vampiri si dissolvono come fumo.

Quel fantasma è la paura e l'odio per i tuoi genitori ignoranti, che ti hanno fatto del male senza saperlo, per i tuoi maestri vanagloriosi che ti hanno imbottito il cervello di ignoranza, per una religione superstiziosa e ignorante che vede solo nemici ed errori. Non esistono errori, ma solo lezioni non ancora imparate.

Non esistono nemici se tu non sei nemico di te stesso. Affronta il fantasma e digli di sì, che in parte ha ragione. Piangi con lui, piangi per lui, per la tua fiducia tradita, per la tua sofferenza repressa. Poi abbraccialo e perdonalo: anche un fantasma ha bisogno d'amore. Non appena l'avrai riconosciuto e accettato, quel fantasma si dissolverà, lasciando la comprensione di come l'ignoranza sia sempre spinta dalle migliori intenzioni...

Quei folletti che ridono con rumore di vetri infranti, e ti saltellano intorno facendoti sgambetti e tirandoti i capelli, che appaiono e scompaiono silenziosamente e all'improvviso, sono le tue emozioni. Emozioni di cui ti vergogni, emozioni di cui hai paura. Affrontale, ascolta quello che ti stanno dicendo, seguile fino alla tomba scoperchiata della tua vulnerabilità.

Allora le loro risate di scherno diventeranno trilli di gioia, lo stridio incomprensibile un canto d'amore, i saltelli scomposti una danza per celebrare la vita, gli sgambetti capriole

sui prati in fiore di un'età ritrovata, gli stratonni una mano amica tesa e pronta ad aiutare. Sono folletti buoni: quella che sembrava una tomba scoperchiata nasconde in realtà una enorme pignatta piena di monete d'oro... è qui che nasce l'arcobaleno, non lo sapevi?

Quel cannibale acquattato nella giungla primordiale, dipinto a colori violenti, il viso nascosto da una maschera grottesca, che ruggisce piano come una belva pronta a balzare, è il bambino spaventato perso nel bosco della tua infanzia, ossessionato dal senso di colpa e di impotenza, dal senso di inferiorità e di inutilità.

Non fargli paura, chiamalo con il tuo nome e abbraccialo. Il pianto scioglierà la pittura di guerra e la maschera di cartone si accartoccerà molle e bagnata.

Il ruggito è il singhiozzo represso, che devi far uscire dalla tana profonda in cui si è nascosto. Amalo, questo bambino ferito e piangente, e consolalo perché è l'unico che ti può guarire.

Quel diavolo all'angolo, che ti aspetta con forcone, corna, zoccoli e coda di caprone, è il tuo desiderio represso di felicità e di piacere, che non è un peccato ma un tuo diritto di nascita. Ed ecco il suo ghigno trasformarsi in sorriso, le corna in ghirlande di fiori, il forcone nella chiave del paradiso, gli zoccoli e la coda in una veste bianca e immacolata.

Quel drago in fondo alla caverna, di cui scorgi il baglione e il ruggito di fiamma, è la caldaia ribollente della tua energia, che aspetta solo di essere incanalata con intelligenza. Accostati ad esso, accarezzalo e montagli in groppa: ti porterà volando in cerca di tesori nascosti, riducendo in cenere gli ostacoli sul tuo cammino, verso un'alba di ricchezza e di libertà."

Il Pazzo:

"Ecco, ora io torno in possesso di me stesso e celebrazz le nozze mistiche tra il mio Sé superiore e il mio Sé inferiore, tra ciò che è visibile e ciò che è invisibile, per tornare ad essere Uno ed integro. Il sostegno che cercavo, la guarigione che cercavo, sono in me e non possono essermi tolti.

Ora la mia pazzia si può rivolgere verso la felicità e la grazia: la pazzia saggia del correre sui prati e di lasciare che la pioggia lavi i miei occhi nel nuovo giorno. L'incubo è finito e nasce la visione luminosa del presente, senza passato né futuro, l'eterno presente che benedice ogni essere e lo fa vibrare come uno strumento accordato dalle mani del Supremo Musicista.

Oh, io sono un'arpa nelle mani del mio Sé, che diffonde la sua melodia sulla colline e sui fiumi, nelle città dell'uomo, nel silenzio della stanza chiusa. Che incantevole suono, il silenzio! Che spettacolo, un raggio di sole! Che tesoro, che perla inestimabile, che diamante scintillante, questa goccia d'acqua!

La mia pazzia è stata rinnovata, e non sarà mai più la stessa di prima. La mia pazzia è ora benedetta e santa, e genera una gioia irrefrenabile. Non ho nessun posto dove andare, perché il mio presente è in qualsiasi posto io mi trovi. Non ho nulla da cercare, perché

tutto è già qui, dentro di me. Non ho nessuno da perdere, perché ogni essere è eternamente fratello del mio essere.

Ai miei occhi si aprono orizzonti infiniti in cui esplorare le vie nascoste del mio tempo, in una terra fatata di sole e di luna, popolata da angeli e spiriti in cammino, dove io sono il miglior compagno di me stesso e posso amare senza confini.

E la notte dormirò nella mia calda grotta accogliente, dove l'oscurità sarà per me una soffice coperta per rigenerare i miei occhi, dove le voci sussurranti del vento canteranno canzoni sul nuovo giorno che mi attende e su tutte le cose meravigliose che le mie mani faranno.

Oh, quanti amici attorno a me! Oh, quante parole da ascoltare, quante idee da guardare! Mi basterà la vita per giocare tutti i miei giochi?"

L'Angelo:

"Fratello mio, la tua vita non finirà mai perché ora anche tu sei parte del popolo degli angeli. La forma del tuo corpo non ha molta importanza: ad ogni istante ogni corpo muta e muore e si rinnova, e un corpo o l'altro non fa molta differenza.

Dal tuo corpo di neonato sei passato al corpo di bambino, dal corpo di bambino al corpo di giovane, dal corpo di giovane passerai al corpo di vecchio, e poi al corpo successivo.

Tutti i tuoi corpi sono già dentro di te, e rimangono dentro di te anche quando non sono più visibili esternamente.

Non c'è niente da perdere e tutto da guadagnare. Ogni cosa è contenuta nel tuo tesoro, nella grande camera del tuo cuore.

La vita non finisce mai, solo si cambia veicolo quando si termina una tappa del viaggio. Sii benedetto, nel tuo viaggio felice!

E quando vedrai un bambino spaventato, rannicchiato sul ciglio della strada, fermati e tendigli la mano: è un altro angelo sperduto che non riesce più a vedere sé stesso. Che il profumo della tua mente dissipi la sua illusione!

Che la luce della tua parola diventi per lui il raggio di sole di un'alba di comprensione e di potenza!

Sii benedetto, fratello, nella tua opera eterna!"

GLI INSEGNAMENTI DEL BAMBINO

Io sono il tuo Piccolo Maestro. Puoi chiamarmi con il tuo nome, se vuoi.

Io sono te. Tu sei me.

Ma non lo ricordi più, e allora io vengo da te e te lo dico. Io penso che tu hai dimenticato tante cose, ma se vuoi possiamo cercarle insieme.

Tutti i ricordi sono sempre lì, forse chiusi in qualche baule polveroso nella cantina del tuo passato.

Io sono tuo amico, ti posso aiutare.

Io abito in un posto bellissimo.

Ci sono alberi, fiori, e tanto sole.

C'è una bella casa, la tua casa, la mia casa.

Ci si arriva attraverso la soffitta del tuo futuro, e la strada passa attraverso la cantina del tuo passato.

Io sono qui. Sono nella casa dove abitavi da piccolo.

C'è qualcosa che ti fa soffrire? Cercami, e io ti dirò che cos'è.

Giochiamo alla mamma e al papà. Tu sei la mamma e il papà per me. Io sono la mamma e il papà per te.

Giochiamo insieme, per scoprire che gioco preferisci giocare, e se è un gioco che ti fa soffrire capiremo che è un gioco e lo lasceremo andare. Io ti devo consolare, e tu mi devi consolare.

E' così che si fa.

Io sono sempre con te. Tu sei sempre con me.

Io ti voglio bene, e ho bisogno che tu mi dica che mi vuoi bene. Quando vieni a trovarmi?

Possiamo giocare insieme tutte le volte che vuoi. Ci sono tanti giochi che possiamo fare.

Possiamo giocare a scoprire da dove viene il dolore, e poi buttarlo nel mare, dove le onde grandi che non dormono mai lo scioglieranno, lo laveranno e lo porteranno via.

Possiamo sederci sulla spiaggia a fare castelli bellissimi con la terra e l'acqua, e la marea non li distruggerà mai perché sono costruiti dentro di te e io li proteggo.

Prendimi in braccio. Io ti prendo in braccio. Possiamo dormire vicino, se vuoi.

Possiamo giocare a cercare i sassi colorati. Ogni sasso è scritto dagli angeli. Agli angeli piace disegnare sui sassi.

Anche a te piace disegnare? Perché non disegni subito qualcosa? Se fai un disegno, puoi parlare con i colori e chiedere ai colori quali sono le tue emozioni. Puoi disegnare tutto quello che vuoi. Puoi disegnare il sole e le nuvole. Puoi disegnare le cose che hai fatto. Puoi disegnare qualche mostro con i denti lunghi lunghi e puoi colorarlo con i colori che vuoi. E poi possiamo parlare con il mostro e chiedergli come si chiama e poi vincerlo con la nostra magia.

Vieni, vieni a sederti al sole. Senti il vento che soffia piano, carico del profumo dei miei fiori? Sono i fiori che io ho coltivato per te.

Ogni fiore è un pensiero. Ogni fiore è un'idea. Ogni fiore è la faccia di una persona a cui vuoi bene.

Un pensiero per chi è buono, un pensiero per chi è cattivo. Un pensiero per chi ti ha dimenticato. Un pensiero per chi ti ha fatto soffrire. Un pensiero per chi ti ha nutrito. Un pensiero per chi ti ha asciugato le lacrime. Un pensiero per ogni stella, un pensiero per ogni fiore.

Senti il vento che ci accarezza le mani e i capelli, che gioca con i nostri vestiti? Guarda quella farfalla com'è bella e come agita le ali! Guarda laggiù dove comincia il bosco, quanti uccellini si sono alzati a volare!

Ah, che bello sdraiarsi sull'erba ad ascoltare i rumori silenziosi del prato... Stenditi anche tu a riposare un po', chiudi gli occhi e ascolta il sussurro della terra e il tepore del sole... la vita che scorre nel tuo corpo e nella tua mente...

Respira e non pensare a niente. E' bello lasciarsi andare e tornare ad essere piccoli, liberi, semplici.

Adesso se vuoi possiamo andare a esplorare il bosco, a vedere cosa c'è dietro gli alberi. Ci sono tanti sentieri, fatti dalle fate e dagli elfi.

Ci sono sentieri che attraversano la foresta, salendo su per colline piene di sole e giù per vallate piene di ombre e strette dove cantano i torrenti. Ci sono sentieri che portano in radure fiorite di timo e maggiorana, dove fiorisce la cicuta e spuntano i funghi rossi sotto gli alberi al limitare del bosco. C'è un sentiero più difficile? Vuoi esplorarlo con me?

E' bello andare nei sentieri strani, dove ci sono tanti sassi e bisogna arrampicarsi un po' per passare. Forse possiamo avventurarci sul ponticello stretto, dove gli spruzzi d'acqua del torrente ci raggiungono mentre passiamo, possiamo sederci a pescare le foglie secche portate dalla corrente.

C'è qualcuno che sta venendo verso di noi. E' un amico. Viene a giocare con noi.

Sediamoci qui su questo sasso e parliamo.

Parliamo di quello che è successo una volta, e del perché è successo, e che cosa voleva dire.

Questo amico ti ha aiutato, una volta, ti ha protetto dalla sofferenza, ti ha costruito attorno un muro per ripararti dal temporale.

Ti vuole spiegare a che cosa serviva quel muro, e che forse adesso quel muro non ti serve più. Possiamo prendere i mattoni e usarli per fare una casetta per i nostri amici del bosco. Oppure possiamo lasciarli ammucchiati qui nel bosco, e se un giorno verrà un temporale potremo costruire un riparo.

Andiamo a vedere il muro. E' un muro vecchio, pieno di crepe, dove l'edera ha smangiato i mattoni. Tocca il muro: è facile disfargli. Ecco, gli elfi vengono ad aiutarci. Ogni elfo un mattone, e tutti danzano attorno facendo capriole. Mettiamoli qui, i mattoni, dove gli scoiattoli possono saltare e gli uccellini posarsi a cantare.

E' bello guardare i mattoni e pensare che un giorno potranno essere di nuovo utili. Forse potremo costruire una grande diga per i castori. Forse potremo costruire una scala per salire sull'arcobaleno. Forse potremo costruire un bel pozzo per bere quando fa caldo e hai sete dopo aver corso insieme con le lepri.

Adesso andiamo a fare il bagno con il nostro nuovo amico, andiamo a nuotare. C'è un laghetto fresco dove il torrente scende nella valle e rallenta, lasciandosi scaldare scintillando al sole del mattino.

Togliamoci i vestiti vecchi e sudati e mettiamoci a sguazzare nell'acqua, tutti insieme, ridendo e spruzzandoci, strillando di gioia.

Quando il sole è ancora alto, e siamo stanchi e abbiamo fame, usciamo dal laghetto e andiamo a rivestirci, ma con vestiti nuovi e freschi, che le fate hanno preparato per noi. Andiamo a casa a mangiare, ci rivedremo domani se vuoi.

Possiamo tornare in questo posto così bello tutti i giorni, e incontrare tanti amici e giocare tutto il giorno finché tutti i giochi sono diventati luminosi e facili.

Torna a trovarmi ancora, presto. Io ti aspetto.

Questo mondo resterà sempre aperto per te, perché non invecchierai mai finché sarai capace di amare.

Quando entri completamente nel regno dell'amore, il mondo diventa perfetto, ricco e meraviglioso perché è fatto soltanto di occasioni per l'amore.

E tutto l'amore comincia da quel momento in cui capisci che vuoi bene a te stesso.

GLI INSEGNAMENTI DEL MAESTRO

Il Discepolo:

Maestro, dimmi, che cos'è la vita?

Il Maestro:

La vita è la tua natura intrinseca. L'anima non può mai morire, e continua il suo viaggio quando il corpo non è più adatto ad ospitarla. Tutti noi siamo sempre esistiti e continueremo sempre ad esistere, anche se in situazioni differenti.

Quando sei bambino, il tuo mondo è quello di un bambino. I tuoi desideri sono desideri da bambino, gli abiti che indossi sono piccini, come il corpo che li deve indossare. Passa il tempo, e ora il tuo corpo è più grande; ora hai altri desideri e non ricordi più i desideri che avevi una volta, fai altre cose e non ricordi più dove hai messo i tuoi giocattoli, abbandoni i tuoi vecchi abiti piccini e ne cucisci dei nuovi. Hai altri giocattoli, più grandi e più costosi, e sei convinto di essere un'altra persona. Passa altro tempo, e il tuo corpo invecchia, ora hai altri desideri e non ti interessa più quello che volevi nel corpo di prima. I sapori non sono più gli stessi, quello che vedi è cambiato. Non ricordi più i pensieri e le parole di prima. Poi scade l'affitto anche di questo corpo e traslochi in una casa nuova. Ma sei sempre tu. Anche se ti lasci prendere da tutte queste novità e ti identifichi con esse, tu sei sempre quello. Nel profondo del tuo cuore stanno sepolti i ricordi di mille e mille vite, ogni vita ricca di cose imparate, di storie d'amore e di drammi, di gioie e di angosce. Ma la Vita è sempre presente, perché la Vita sei tu.

Il Discepolo:

Maestro, dimmi, che cos'è il mondo?

Il Maestro:

Il mondo è un campo che ti viene dato perché tu lo lavori. Ogni anima ha il suo mondo, anche se tutti vivono nello stesso universo, sullo stesso pianeta o addirittura nella stessa casa. Se vuoi, puoi unire il tuo mondo al mondo di altri e farlo più grande, più ricco e più bello. Quando lavori il tuo campo con gli amici, impari più in fretta le tue lezioni e la vita ha più sapore.

Il mondo è la nostra casa. Una persona intelligente non usa la propria casa come una discarica di rifiuti, non fa a pezzi i mobili per scaldarsi, non macella i propri familiari per

mangiare. Tiene le stanze in ordine e pulite, fa la sua parte per il buon andamento della famiglia e non prevarica nessuno dei suoi familiari, esegue i lavori di riparazione e di abbellimento in collaborazione con gli altri familiari per rendere la casa sempre più accogliente e felice.

Il mondo è la tua occasione di interagire con gli altri e con la materia. Usala bene, e il tuo futuro sarà luminoso.

Il Discepolo:

Maestro, dimmi, che cos'è la natura?

Il Maestro:

La natura è il grande campo nel quale sono contenuti tutti i piccoli campi. Ci sono tre qualità fondamentali nella natura: il bene, l'avidità e l'ignoranza. Secondo queste tre qualità tutti gli esseri agiscono e raccolgono i frutti delle loro azioni - ad ogni azione corrisponde una reazione uguale e contraria. Ogni cosa in questo mondo è soggetta a queste tre influenze, separatamente o a una mistura di esse. I boschi, le colline, i deserti, le fertili pianure, le praterie, le montagne, gli oceani e i fiumi sono i nostri maestri e ci insegnano a vivere. Gli animali e le piante recitano ogni giorno la tragedia della vita per noi, spettatori del cosmo, mostrandoci come dappertutto esistono esseri ignoranti, avidi e gentili.

Noi possiamo muoverci dentro e fuori da queste influenze quando ci rendiamo conto della loro esistenza e del loro funzionamento. La maggior parte delle persone subisce l'influenza dell'ignoranza e dell'avidità, ma tutti hanno una parte di bene, per quanto piccola e nascosta. Anche le cose, i luoghi e gli animali sono caratterizzati da queste influenze, e noi possiamo usarle per trasformare la nostra mentalità.

Una persona dominata dall'ignoranza deve per prima cosa rendersi conto della sua situazione: questo è il primo passo per uscire dall'ignoranza.

Deve osservare attentamente le sue abitudini, gli oggetti che possiede, il luogo dove vive e i luoghi che frequenta, i cibi che mangia, le persone e gli esseri viventi in genere con i quali è a contatto, e modificare gradualmente tutto ciò per dare maggiore potenza alle altre influenze della natura. Se abita in una casa buia, sporca, piena di robbaccia, infestata da parassiti, se permette ad animali di toccare il suo letto, la sua tavola, la sua cucina, il luogo dove siede a lavorare, se mangia cibi vecchi o puzzolenti, cibi andati a male o sostanze impure, se dorme eccessivamente, se prende sostanze tossiche, se gli piace stare alzato fino a tardi la notte, se le persone che frequenta hanno le stesse abitudini, dovrà cominciare a modificare tutto questo. Il primo passo è il luogo dove si vive.

Dall'ignoranza bisogna uscire con l'attività e con la pulizia, e dirigere le proprie scelte in modo consapevole finché le influenze inferiori non sono praticamente scomparse. E' necessario mantenere una disciplina e una consapevolezza anche per restare sotto l'influenza superiore della virtù, ma quando si è fatta l'abitudine, disciplina e

consapevolezza diventano estremamente piacevoli.

Allora giunge il momento di affrancarsi dal condizionamento di tutte e tre le influenze della natura: questa impresa può essere compiuta soltanto da chi conosce la missione della propria vita e agisce per dovere, senza attaccarsi alle condizioni che lo circondano.

Il Discepolo:

Maestro, dimmi, che cos'è il dovere?

Il Maestro:

Il dovere è quello che il tuo cuore ti detta. A seconda delle qualità che possiedi e delle tendenze che senti, il tuo dovere è quello di crescere e contribuire al bene del Tutto.

Se sei uno studioso, studia diligentemente e condividi le tue scoperte con gli altri. Se sei un guerriero, difendi i giusti e i deboli e proteggi la civiltà. Se sei un mercante, coltiva il denaro come un mezzo e non come un fine, e rendi prospera la Terra. Se sei un operaio, fa' bene il tuo lavoro e diventa consapevole del perché lo fai.

Se ti è capitato di nascere in una situazione diversa da quella che vorresti, segui la vocazione del tuo cuore e vedi se ti porta su una strada felice. Ma sempre agisci per il bene supremo, senza egoismo e senza pigrizia, senza illusione e senza rimpianto. Agisci per liberarti dai condizionamenti e dalla paura, per glorificare la vita. Percorri la strada sulla quale ti trovi e accetta ciò che ti presenta, senza recriminazioni e senza sprechi. Ogni lavoro, anche il più umile, ha qualcosa da insegnarti. Per diventare un maestro, devi imparare a fare perfettamente ogni lavoro. Se vuoi volare, prima devi imparare a stare in piedi, poi a camminare e poi a correre. Solo allora puoi tentare di volare.

Quando avrai imparato a volare, giungerà per te il momento di spiccare il volo verso la tua natura superiore, verso la tua vera identità e la tua vera occupazione eterna. Allora il dovere sarà pura felicità.

Il Discepolo:

Dimmi, maestro, che cos'è la religione?

Il Maestro:

La religione è l'aspirazione all'eterno e all'infinito che anima gli esseri umani e li distingue dagli animali. Un animale vive, respira, sanguina, gioca, gode, soffre, ama la propria famiglia e il proprio clan, prova paura, felicità e tristezza. Un animale costruisce, immagazzina, coltiva e sfrutta l'ambiente che lo circonda. Un animale può impazzire e scegliere la morte quando la vita diventa intollerabile.

Ma non ha religione, non prova il senso della meraviglia e della grandezza.

Ogni essere umano ha degli ideali, e questi sono la sua religione, anche se forse lui non li chiama religione. La scienza, la politica, i culti della personalità o delle tendenze, la venerazione per il denaro e il potere, l'ateismo, sono anch'esse diverse religioni con i loro

dogmi e i loro rituali. Hanno i loro profeti, i loro paradisi e i loro inferni, i loro templi e le loro Scritture. Ogni tipo di religione, comprese queste che ti ho appena menzionato, può diventare oppio per il popolo, quando viene usata come mezzo di controllo basato sulla paura e sul conformismo. Ma la vera religione è scritta nel cuore di ogni essere, e non può essere strumentalizzata da nessuno. Ognuno è responsabile di sé stesso, che se ne renda conto oppure no.

La religione immersa nell'ignoranza adora i fantasmi e gli oggetti senza vita, la religione accesa dal desiderio materiale adora coloro che detengono il potere in questo mondo. La religione illuminata dal bene rende culto alla divinità nelle sue varie forme e alle persone sante.

I sacrifici, le rinunce e le austerità non raccomandate dalle Scritture e che danneggiano il corpo e la mente, compiute per paura o pigrizia, per orgoglio, per egoismo, per fare del male agli altri o per ottenere un guadagno materiale, sono influenzate dall'ignoranza e dall'avidità e non possono portare dei buoni risultati. La rinuncia al dovere prescritto e alle attività benefiche è solo una rinuncia stupida.

I rituali compiuti basandosi su insegnamenti errati, oppure senza fede, per paura o per conformismo, per ignoranza, sono inutili e generano risultati negativi, spingendo verso la ribellione e il rifiuto al divino. I rituali compiuti per ottenere dei benefici materiali o per orgoglio, nati dall'avidità, portano risultati di breve durata. I rituali compiuti per elevare lo spirito, per amore e per rispetto verso il divino, sono i migliori e portano benefici in questa vita e dopo questa vita.

Il Discepolo:

Dimmi, maestro, che cos'è la carità?

Il Maestro:

La carità è un dono del cuore verso un tuo fratello o una tua sorella che ne hanno bisogno. E' un'offerta al divino presente in ciascun essere, una celebrazione dell'abbondanza e della prosperità della vita e dell'universo. E' il frutto dell'albero del tuo lavoro: l'albero cede i suoi frutti maturi, dolci e profumati, a chiunque li raccoglie, sapendo che in questo modo diffonde le sua progenie - i semi -, concima il terreno sul quale cresce e diventa amato da tutti.

Ma la carità data a persone indegne o a persone che ne faranno cattivo uso, senza attenzione e rispetto, nel luogo e nel momento inopportuni, per fare del male o per umiliare, in forma dannosa - con sostanze intossicanti, cibi andati a male o medicine pericolose - o in forma ingannevole - per legare a sé una persona per il proprio vantaggio - è carità viscida e non fa che incoraggiare le persone degradate. Non porta nessun beneficio né a chi dà né a chi riceve, e offende lo spirito della prosperità.

La carità data con l'intenzione di riceverne qualcosa in cambio - in questa vita o nella prossima - o in modo risentito, senza rispetto e senza amore, in forma imperfetta o

danneggiata - cibi non santificati, oggetti rotti o difettosi, oggetti inutili - porta benefici che non sono però duraturi e non soddisfa completamente il cuore.

Questa carità ci lega al piano materiale, al rimpianto e al risentimento, alla vanagloria e all'illusione, rendendoci schiavi nel momento stesso in cui cerchiamo di diventare padroni.

La carità data per dovere e per amore, senza aspettarsi nulla in cambio, nel luogo e nel momento opportuni e a una persona che ne è degna, con il dovuto rispetto e affetto, è l'unica carità che deve essere compiuta, e purifica sia chi dà che chi riceve.

La carità utile e benefica è quella che sostiene le attività in favore dello sviluppo globale, dell'amicizia e dell'affetto tra gli esseri, del benessere del pianeta, della crescita della consapevolezza delle persone, della diffusione della conoscenza e della saggezza.

La carità può e deve essere un processo continuo, nel quale chi dà continua ad assistere chi riceve affinché ciò che è stato dato venga utilizzato nel modo migliore. Questa carità è una carità di valore, una vera benedizione, un soffio del divino, e porta un grande valore nella vita di chi dà, nella vita di chi riceve, e nella vita del Tutto.

Il Discepolo:

O maestro, dimmi, che cos'è l'azione?

Il Maestro:

L'azione è la tua partecipazione all'opera di Dio, che crea, conserva e distrugge ogni cosa. Attraverso l'azione tu sei uno strumento del Divino - consapevole o inconsapevole. Azione è anche non agire, scegliere di non fare.

Ogni azione porta dei frutti, ma solo chi è attaccato a tali frutti li gusta. Se tu agisci solo perché è giusto agire, compiendo il tuo dovere per il bene supremo del Tutto (te compreso), allora non sarai legato ai frutti dolci e amari dell'azione.

Non esiste il dolce senza l'amaro, e non esiste l'amaro senza il dolce. Se tu agisci in nome dell'universo, fluendo in armonia con esso, le tue azioni saranno divine.

Non essere attaccato né alla gioia né al dolore, né al profitto né alla perdita, né all'onore né al disonore, né alla sicurezza né al pericolo, né alla vittoria né alla sconfitta, ma compi semplicemente ciò che è giusto e buono compiere. Questa azione rimarrà benefica in eterno e ti servirà bene.

Ogni cosa piacevole ha una fine, e ogni cosa spiacevole ha una fine. Se tu agisci osservando con equanimità tutti gli esseri e tutti i beni di questo mondo, senza angustiarti di nulla né desiderare ardentemente ciò che è transitorio, otterrai la pace.

Ora ti dirò come distinguere il genere dell'azione dalle sue sensazioni: le azioni che all'inizio sono difficili ma poi diventano piacevoli e benefiche sono azioni buone e positive; le azioni che all'inizio sono piacevoli ma poi diventano sgradevoli e dannose sono azioni dominate dalla lussuria. Le azioni buone e positive ti condurranno verso la guarigione e la felicità, mentre le azioni cattive e negative, generate dalla lussuria e

dall'avidità, ti condurranno verso la malattia e il rimpianto. Ogni azione viene scritta nel libro della tua vita, e le azioni negative dovranno essere cancellate da te stesso con la guarigione e il superamento.

L'azione compiuta in modo inconsapevole e distratto, nella confusione, senza preoccuparsi della violenza o della sofferenza inflitta ad altri esseri, compiuta allo scopo di soddisfare i propri desideri è un'azione ignorante e avida, che incatena chi la compie. La persona ignorante compie azioni contrarie al bene collettivo, è ostinata, pigra, sempre pronta a rimandare l'esecuzione del lavoro, sempre triste, dedita alle fantasticherie sterili, alle recriminazioni, ai rimpianti e alla paura.

L'ignorante fa sempre ciò che non deve essere fatto e non fa mai ciò che si deve fare, chiama religione l'irreligione, e l'irreligione religione. La persona avida ed egoista non è capace di distinguere tra bene e male, tra religione e irreligione, perché è interessata solo al proprio profitto personale. La sua religione è il denaro e il potere, e soffre di ansietà e di stress, che portano a numerosi disturbi psicosomatici.

Nessuno può astenersi dall'agire, nemmeno per un istante. Senza agire non è possibile mantenere il corpo e la mente, ma si può agire senza attaccamento ai frutti dell'azione e venire così liberati già in questa vita. Il lavoro è più importante della sua retribuzione, così come la vita è più importante del cibo e il corpo più importante del vestito.

Il Discepolo:

Maestro, dimmi, che cos'è l'ascesi?

Il Maestro:

L'ascesi è la pratica di una disciplina per mantenerci in salute: nel corpo, nella parola e nella mente.

L'ascesi del corpo è il lavoro disinteressato compiuto con coscienza, il rispetto mostrato alla divinità, alle persone sane e ai superiori, la pulizia, la semplicità, il controllo di sé e la non violenza.

L'ascesi della parola si compie osservando dei periodi di silenzio, parlando in modo piacevole e benefico senza turbare gli altri, dicendo la verità, recitando le pratiche verbali spirituali - come la preghiera, le affermazioni, le formule, i suoni del potere.

L'ascesi della mente è il controllo di sé, la purificazione costante della propria esistenza, la serietà, la semplicità e la gioiosa accettazione, lo studio e la meditazione, l'esame del sé, il lavoro costante per crescere e liberarsi.

Quando ti dedichi a una pratica ascetica, sappi che lo stai facendo per il tuo bene. La disciplina ti dona salute, chiarezza mentale, determinazione, coraggio, onestà. La disciplina ti aiuta a collaborare con gli altri, a mantenere modeste le tue necessità e ad allenarti per le grandi imprese della tua vita.

In ogni campo, l'ascesi è la chiave del successo, materiale e spirituale.

Il Discepolo:

Maestro, dimmi, che cos'è la conoscenza?

Il Maestro:

La conoscenza è capire chi sei, capire cosa stai facendo e dove stai andando. La conoscenza è vedere l'universo con occhi attenti, e comprendere ciò che vedi.

Conosci il campo e colui che conosce il campo. Il campo è l'universo, che si stende davanti, dietro, sopra e sotto di te. Il campo è il corpo in cui abiti. Colui che conosce il campo è l'anima, è la persona che abita nel corpo e nel mondo. Esiste però un conoscitore supremo, che conosce il campo nella sua totalità e per il quale anche tu, l'anima eterna, sei campo da conoscere.

Tu sei il corpo di Dio. La conoscenza si basa su questo, e l'intelligenza si basa sul fatto di metterlo in pratica.

La visione del mondo limitata e fanatica, che ci fa restare attaccati a un solo tipo di azione e di identificazione, che non ci fa rispettare il punto di vista degli altri, è falsa e insufficiente.

La visione che ci mostra differenti tipi di esseri in differenti corpi è basata sull'avidità e sul desiderio di sfruttamento. La vera visione, basata sulla conoscenza della realtà, ci mostra un'unica natura spirituale in tutti gli esseri viventi, nonostante tutte le differenti forme esistenti.

Quando l'anima arriva ad ottenere finalmente un corpo umano, dopo innumerevoli rinascite, possiede gli strumenti per ricercare e comprendere la conoscenza: questo è il momento di dedicare le proprie energie alla ricerca della conoscenza.

Dalla tenebra esci verso la luce, dalla sofferenza esci verso la gioia, dall'ignoranza esci verso la conoscenza. Questa è la tua natura eterna.

Il Discepolo:

O maestro, dimmi, che cos'è l'amore?

Il Maestro:

L'amore è la cosa più difficile da comprendere e da conoscere. E' l'essenza stessa di ogni cosa, ma sfugge ad ogni nostra ricerca. Non confondere l'amore con l'attaccamento, non confondere l'amore con la paura.

Se sei convinto di essere il corpo, amerai solo corpi. Se sei convinto di essere mente, amerai solo menti e corpi. Se comprendi di essere anima, amerai non solo anime, ma anche menti e corpi. Se comprendi di essere un frammento dell'Anima Suprema, sarai capace di amare tutto.

Ama te stesso. Non farti del male. Rispetta e onora te stesso, perché tu sei degno e prezioso agli occhi di Dio. Tu non sai quanto vali. Dio stesso considera il tuo cuore un seggio prezioso dove abitare eternamente.

Ama il tuo prossimo. Ama le persone con le quali ti trovi. Non cercare di tenerle prigioniere della tua avidità e della tua paura. Non subire da loro ciò che è male, per avidità o per paura. Lascia tra te e il tuo prossimo uno spazio sufficiente a valorizzare entrambi.

Ama e rispetta il compagno o la compagna della tua vita, i tuoi figli, i tuoi genitori, i tuoi maestri, i tuoi amici, i tuoi collaboratori, i tuoi parenti, la tua società, la tua comunità di esseri viventi, il tuo pianeta, il tuo universo. Allena la tua capacità di amare con la conoscenza, la filosofia, l'arte, la musica, l'insegnamento, la pace.

Gradualmente diventerai capace di amare chi ti ama e chi non ti ama, chi sa come amare e chi non sa come amare, chi sa cosa vuole e chi non sa cosa vuole, chi cerca di sfruttarci e chi vuole farsi sfruttare.

Gradualmente diventerai capace di amare anche dicendo di no, opponendoti a ciò che è dannoso e degradante, rinunciando all'attaccamento e al sentimentalismo, eliminando ciò che è di ostacolo alla tua crescita e alla crescita altrui, senza aspettarti nulla e rinascendo ogni giorno a un'esperienza nuova.

Il Discepolo:

Maestro, dimmi, che cos'è la morte?

Il Maestro:

La morte è un passaggio in una nuova stanza, un trasloco in cui porti con te solo ciò che è veramente tuo. Ognuno comincia a morire nell'istante stesso della sua nascita, e all'ultimo istante in questo corpo si prepara una nascita nuova. Nascita e morte sono due facce della stessa porta. Se hai vissuto bene, la morte è una benedizione. Se hai vissuto male, la morte è il momento del bilancio e della nuova direzione da prendere. Ciò che pensi al momento della morte determina la direzione che prenderai. Ciò che pensi e fai durante la vita determina ciò che pensi al momento della morte. Così come ciò che pensi al momento di fare un figlio determina che tipo di figlio avrai, così devi usare questa vita soprattutto per prepararti al momento della morte.

Vivi con la morte ad ogni istante, perché non sai quando ti chiederà di partire con lei. Tieni sempre le valigie pronte, ma non avere paura del viaggio, perché la morte è tua amica.

Il Discepolo:

Maestro, dimmi, che cos'è Dio?

Il Maestro:

Dio è la Fonte di tutto ciò che vedi e che non vedi, è presente ovunque in questo mondo e al tempo stesso trascende questo mondo. Dio ha tre aspetti principali: lo Spirito, il Testimone e il Beato.

Lo Spirito è tutto ciò che vive, che tu vedi e che non vedi. Tu sei Quello, tu sei parte di Quello Spirito eterno e onnipresente che dà origine alla materia.

Il Testimone è il Padre di questo mondo, il Verbo che dà origine a tutto ciò che esiste, il Suono primordiale, e siede nel cuore di ogni essere vivente e di ogni atomo di materia.

Il Testimone ti parla costantemente, e tu puoi parlare con Lui se lo desideri. Se ascolti le Sue parole, potrai imparare da Lui a osservare la tua vita con distacco e consapevolezza.

E' il Maestro Supremo, che ha insegnato la conoscenza ai saggi e ai guerrieri spirituali fin dall'inizio del mondo. Da Lui proviene ogni forza e potenza di questo mondo.

Il Beato è eternamente giovane, infinitamente affascinante, e possiede ogni perfezione: bellezza, potenza, ricchezza, saggezza, fama e rinuncia.

E' il Padre di tutti i padri e di tutti i mondi, materiali e spirituali, e di ciò che si trova al di là di tutti i mondi.

Il Beato danza la Sua sconfinata felicità e ci invita a danzare con Lui, oltrepassando i confini dell'universo di materia.

Dio è il beneficiario di ogni azione e di ogni sacrificio, il proprietario di tutti i pianeti e l'amico più intimo di ogni essere vivente.

Medita sul Divino costantemente, e compi ogni azione per Lui. Questo è il segreto della pace.

Il Discepolo:

Maestro, dimmi, chi sono le persone divine?

Il Maestro:

Le persone divine sono coloro che eseguono la volontà del Divino. Vivono in modo regolato, seguendo i consigli delle Scritture e delle persone sante. Coltivano la conoscenza spirituale, il controllo dei sensi, la generosità, il distacco, l'ascesi, la semplicità, la non violenza, la veridicità, la libertà dalla collera, la mancanza di paura, la tranquillità, l'avversione alla critica, la compassione verso tutti gli esseri, la mancanza di avidità, la gentilezza, la modestia, l'umiltà, la determinazione, il vigore, la tendenza a perdonare, la forza morale, la pulizia, la libertà dall'invidia e dalla passione per gli onori.

Coltivano la ricerca della conoscenza, la meditazione, la rinuncia ai frutti dell'azione, il sacrificio dei frutti dell'azione e seguono i principi enunciati nelle Scritture, si affidano sempre alla misericordia del Divino e gustano sempre le pratiche spirituali.

Amano risiedere in luoghi puri e santi, pacifici e operosi, in compagnia di altre persone divine o sincere. Non amano perdere tempo, sono efficienti ed esperte in ciò che fanno e sempre desiderose di fare un buon lavoro e di migliorare. Sono sempre attratte ai discorsi spirituali e alla glorificazione della divinità.

Le persone divine sono illuminate e sagge, hanno energia, coraggio, concentrazione, e presentano gli insegnamenti in modo adatto a chi ascolta, con calore e gentilezza, e tollerano coloro che sono soddisfatti degli insegnamenti inferiori, che sono poco virtuosi

o degradati. Le persone divine sanno che ogni essere è in cammino e che la stessa meta attende ogni viaggiatore, perciò non si preoccupano e non si offendono se gli altri non ascoltano o non seguono le loro parole.

Tutti possono diventare persone divine, con il desiderio, la pratica costante e il distacco. Ogni essere è una persona divina in potenza... persino gli animali e le persone demoniache. Con pazienza, entusiasmo e determinazione, coltiva il tuo giardino, annaffialo, concimalo, strappa le erbacce, pota i rami secchi e attendi con pazienza che i tuoi semi possano germinare.

Il Discepolo:

Maestro, dimmi, chi sono le persone demoniache?

Il Maestro:

Le persone demoniache sono atee e materialistiche, e si comportano in modo capriccioso e distruttivo. Credono che il mondo sia loro esclusiva proprietà e non hanno rispetto per nulla e per nessuno. L'unico rispetto che provano è dettato dalla paura, dall'invidia e dall'avidità, poiché i loro desideri sono illimitati e sono disposti a ricorrere a qualsiasi mezzo per procurarsi ciò che può dar loro un piacere effimero.

Sono persone vanagloriose, abili nella diplomazia e nell'insulto, imbroglione, vendicative, arroganti, intolleranti, avidi, prepotenti, ipocrite, violente, crudeli, bugiarde, sprezzanti, infatuate di sé stesse, sfacciate, convinte di essere sempre nel giusto e sempre in preda a un'eterna ansietà. Ogni persona che incontrano la vedono come un nemico da schiacciare o come uno schiavo da sfruttare.

Fanno ciò che non si dovrebbe fare e non fanno ciò che si dovrebbe fare - anzi ignorano del tutto la distinzione tra le due categorie di cose, e giudicano solo in base al loro vantaggio immediato e egoistico. Sono convinte che il potere materiale, il denaro e il prestigio sociale siano la vera misura delle qualità e del valore di una persona, e talvolta celebrano orgogliosamente dei sacrifici inutili, senza sincerità e senza fede, semplicemente per ostentazione, per fama e per accrescere il proprio prestigio sociale.

La persona demoniaca pensa: "Oggi sono così ricco e potente, e domani diventerò ancora più ricco e potente, ogni giorno di più. Ho fatto piani e progetti, e chiunque si opporrà a me verrà eliminato.

Quella persona era mia nemica, e io l'ho eliminata - e così eliminerò anche chiunque osi sfidarmi o si trovi come un ostacolo sulla mia strada. Io sono il padrone di tutto, e il beneficiario di tutto. Sono perfetto, potente e felice. Sono circondato da servitori, parenti ed amici che mi onorano e mi obbediscono. Celebrerò le cerimonie rituali, distribuirò qualcosa in carità e diventerò ancora più famoso e onorato."

Tra queste persone demoniache ci sono gli sciocchi ignoranti che disprezzano la conoscenza e la spiritualità o che cercano di piegarle al proprio volere e al proprio profitto, ci sono le persone degradate che lavorano giorno e notte schiavi della propria

avidità, senza mai domandarsi lo scopo della vita, e la loro esistenza non è migliore di quella degli animali che si limitano a mangiare, dormire, accoppiarsi e difendersi. Ci sono gli sciocchi infatuati della propria cultura accademica e della propria tradizione, che non ascoltano e non imparano più perché pensano di essere ormai dei grandi professori, sacerdoti, esperti e scienziati, e che cercano di distruggere la verità che contraddice le loro convinzioni.

Queste persone stanno spreco la loro preziosa esistenza, e meglio sarebbe per loro essere morte, poiché durante tutto il corso della loro vita stanno vivendo all'inferno, tormentati dalla paura di perdere ciò che hanno e che li fa soltanto soffrire, come un condannato al patibolo che è angosciato all'idea di perdere lo strumento della propria esecuzione capitale.

Le persone demoniache sono infantili e sciocche, perché il male peggiore lo infliggono a sé stesse, privandosi della gioia pura e dell'amore che pervadono l'intero universo, chiudono la porta in faccia alla felicità e alla pace, e si tappano le orecchie quando l'Amico supremo li invita a riflettere e a guardare meglio. Con il tempo, il dolore e l'esperienza, queste persone dovranno incamminarsi anch'esse sulla via d'uscita da questo incubo, ma il loro viaggio sarà più lungo e faticoso, perché dovranno ripercorrere tutto il cammino che li ha allontanati dalla strada maestra.

Il Discepolo:

Maestro, dimmi, qual è il destino delle persone demoniache?

Il Maestro:

Vita dopo vita, le persone demoniache rinascono in situazioni tali da essere costrette a imparare le lezioni fondamentali, fino a quando cominciano a desiderare di ottenere la liberazione. Allora viene loro offerta una guida, una disciplina e una visione di ciò che dovrebbe essere, e possono cominciare a lavorare su sé stesse.

Dopo aver appreso e assimilato tutte le lezioni necessarie, dopo aver purificato il proprio essere, anch'esse raggiungono il livello della consapevolezza e diventano persone divine - benché lo siano sempre state, senza rendersene conto.

Il giorno del giudizio arriva per tutti noi, alla fine di ogni vita, quando dobbiamo comparire dinanzi al tribunale supremo di cui noi stessi siamo giudice e giuria. Noi stessi siamo il giudice più severo, la giuria più inflessibile, l'aguzzino più abile.

E la condanna è solo una purificazione e un modo per apprendere meglio ciò che non abbiamo ancora imparato. Alla fine di ogni vita riesaminiamo tutto ciò che abbiamo fatto, detto, pensato o evitato di fare. Immersi nella luce dello spirito, decidiamo quale dovrà essere il nostro prossimo corso e decretiamo per noi stessi un altro termine di separazione dalla pace e dalla gioia del ritorno a casa, perché abbiamo ancora del lavoro da fare.

Figlio mio, concludi con sollecitudine il tuo lavoro in questa vita, affinché tu possa, compiuta la tua opera, presentarti con le mani pulite e un ricco tesoro spirituale al

momento del trapasso. Questo tesoro spirituale lo porterai con te dovunque andrai, e nessuno te ne priverà, anzi, più lo distribuirai più crescerà senza limiti. Questa è la natura del tesoro spirituale: non può essere perduto ma solo moltiplicato.

Anche se hai delle tendenze demoniache, non temere: si tratta solo di una copertura, come un diamante puro e sfolgorante viene ricoperto dal fango e dalla sporcizia, appare un grumo di fango e sporcizia, ma in realtà è un gioiello prezioso, che attira la luce e la rispecchia in mille sfaccettature meravigliose, in tutti i colori dell'arcobaleno.

Il Discepolo:

Maestro, dimmi, perché esistono tante religioni diverse?

Il Maestro:

Poiché esistono tanti differenti livelli di consapevolezza, tanti differenti desideri e mentalità, il Divino Si manifesta in innumerevoli tipi di religioni e forme. Nessuna di queste forme è falsa, così come nessuno degli aspetti della verità può essere considerato falso. A seconda dei gruppi di persone ai quali il Signore Si rivolge attraverso le Sue manifestazioni e i Suoi profeti, la spiegazione della religione può apparire diversa, ma i principi della vera religione sono uguali e presenti in ogni tradizione religiosa autentica.

Soltanto lo Spirito Divino può insegnare i principi della religione. Nessun essere condizionato può inventare dei principi religiosi che funzionino veramente.

Purtroppo, con l'andare del tempo le linee di successione religiose si degradano, si affievoliscono, si contaminano a causa delle imperfezioni degli esseri umani. Così gli insegnamenti originali vanno dimenticati, distorti, cancellati, sostituiti o perduti completamente. Quando un popolo scompare, la sua tradizione religiosa rimane in questo mondo solo nei testi scritti: se i libri vengono bruciati o perduti, i loro insegnamenti si possono ritrovare soltanto nel Grande Libro della Vita, che gli angeli e i mistici sono capaci di leggere.

Ogni tradizione religiosa ha una visione della Religione che è adatta a un particolare luogo e tempo e a una particolare cultura. Ogni cultura ha dei valori diversi, e quindi desideri diversi. Lo Spirito Divino ama la varietà meravigliosa, perché la varietà e la differenza possono aprire la mente degli esseri umani alla meraviglia e alla comprensione. Per salire su una montagna si possono seguire diversi sentieri: ogni sentiero attraverserà un paesaggio specifico, forse diverso, dove radure e scarpate presentano difficoltà e piaceri diversi al viaggiatore. Alberi diversi, piante diverse, ruscelli diversi si presentano a dissetare e nutrire il viandante, e a offrirgli riparo e ombra per il suo riposo. Ma giunto più in alto nella sua ascensione, il viaggiatore potrà osservare agevolmente altri sentieri che portano sul picco più alto: se la sua vista è abbastanza acuta, potrà distinguere tutti i particolari dei diversi sentieri, e comprendere quali sono le differenze e quali sono i principi comuni. La terra è sempre presente, così come l'acqua, il sole, il vento, l'ombra e il cammino da percorrere.

Così i principi della religione sono eternamente gli stessi, in tutte le tradizioni religiose, in tutti i sentieri spirituali. Le differenze sono dovute alle diverse circostanze e alla diversa comprensione delle persone che li hanno percepiti e trasmessi. Un vetro è tanto più utile quanto più è trasparente: un vetro colorato o disegnato, o sul quale sono impressi altri segni, darà un'immagine differente della realtà, sebbene la realtà non sia affatto modificata dalla natura del vetro.

Così una persona che comprende i principi della religione non dimostra impazienza o intolleranza verso coloro che stanno seguendo sentieri diversi dal suo, perché vede che poco più su, i loro due sentieri si incontrano, e poi proseguono sulla stessa strada. Osservando dalla sua posizione di vantaggio, può apprezzare le bellezze degli altri sentieri, oltre che del proprio, e glorificare il Creatore di tanta meraviglia e sconfinata vastità.

Sappi che non hai visto tutti i sentieri: solo chi si trova sul picco più alto, sulla vetta del Monte Sacro, è in grado di vederli tutti, e di apprezzarli adeguatamente. Compì il tuo viaggio con fede e pazienza, talvolta penando tra rovi e pantani, talvolta uscendo in una radura baciata dal sole e costellata di fiori meravigliosi, talvolta attraversando aride pietraie arroventate dal sole di mezzogiorno. Non continuare a cambiare sentiero capricciosamente, vagando senza meta qua e là.

I sentieri servono per guidarti e per evitarti burroni e sabbie mobili. Se vaghi fuori da ogni sentiero, potresti perderti e rimanere confuso per molto tempo. Se il sentiero che hai seguito non sembra portarti da nessuna parte, persevera fino ad arrivare al termine. Se il termine è un vicolo cieco, dove non ci sono indicazioni, oppure una frana ha distrutto il cammino che avresti dovuto percorrere, allora torna indietro con pazienza, cerca un nuovo sentiero che incroci la tua strada e prova a seguire questo nuovo sentiero, sapendo che è solo un sentiero, e che la Montagna è il tuo vero scopo.

Il Discepolo:

Maestro, dimmi, perché le persone buone o innocenti soffrono?

Il Maestro:

Le persone buone e innocenti possono soffrire per due motivi: uno è il risultato di qualche vecchia azione che avevano compiuto e che sta arrivando loro addosso, come un riflusso di marea, che però ben presto si placherà.

L'altro motivo possibile è un motivo molto speciale, un motivo di insegnamento. Tutte le persone, prima di iniziare la loro vita attuale, programmano la propria vita futura sulla base di considerazioni che poi vengono generalmente dimenticate nel bailamme dell'esistenza quotidiana, a cominciare dal trauma della nascita. Le lezioni non terminate verranno a bussare alla nostra porta, sia che ci ricordiamo di averle invitate oppure no. Anche se in questa vita non abbiamo commesso azioni negative, possiamo trovarci in situazioni difficili, che ci permettono di assimilare più a fondo importanti lezioni, oppure,

e allo stesso tempo, di dimostrare con il nostro esempio agli altri compagni di viaggio come bisogna comportarsi e progredire sul cammino della vita.

Non aver paura delle difficoltà e delle sofferenze. Sono temporanee, e hanno uno scopo preciso. Non tutto il male viene per nuocere: spesso una sofferenza o una difficoltà non sono altro che la porta verso un orizzonte più vasto e più glorioso. Senza questo sprone della sofferenza non ci sarebbe passaggio. Ci adageremmo comodamente nella nostra situazione, contenti delle nostre misere briciole, dei nostri piccoli piaceri meschini, della nostra pigrizia e del nostro sonno. La sofferenza è la sveglia che ci butta giù dal letto quando ci siamo girati dall'altra parte e riaddormentati dopo la prima chiamata. Non è sempre necessaria, ma è sempre utile.

Non giudicare i risultati ottenuti a breve termine da chi fa il bene e da chi fa il male. Chi soffre sta pagando dei debiti, chi gode sta spendendo dei crediti. Chi spende senza acquisire ulteriori crediti sta sperperando il suo futuro e si troverà prima o poi in gravi difficoltà, mentre chi paga i suoi debiti continuando a lavorare per acquisire crediti sta costruendo il suo futuro. Non ti lasciar ingannare dalla boria di chi spende e sperpera senza pensiero, deridendo chi lavora duramente e fatica per acquisire dei beni duraturi. I beni duraturi non sono le monete che si chiudono nel forziere o le proprietà materiali: sono i crediti nel bilancio delle azioni, delle parole, dei pensieri e delle scelte che si fanno nella vita.

Sopporta la sofferenza, come sopporti il freddo nell'inverno e la calura nell'estate, come sopporti la pioggia violenta e la siccità: gioie e sofferenze vanno e vengono, ma non ti devono distrarre dal tuo dovere.

Il Discepolo:

Maestro, dimmi, perché esiste l'infelicità?

Il Maestro:

L'infelicità esiste per ricordarci sempre che questo mondo non è la nostra vera casa, ma solo una stanza d'albergo nella quale non possiamo pensare di sistemarci per sempre. L'impermanenza di tutte le cose di questo mondo ci deve spingere ad essere sempre pronti a partire, in ogni momento, nel momento in cui la vita ci chiama, nel momento in cui la morte ci chiama.

In realtà, l'infelicità non ha una sua vera esistenza. Si tratta soltanto di una mancanza di felicità, di una nube che oscura il sole della tua consapevolezza e della tua conoscenza. Il sole non è mai toccato dalle nuvole, anzi è lui a creare le nuvole per condensare l'acqua della tua comprensione e farla ridiscendere su prati, campi e foreste e nutrire i frutti delle tue azioni. Non credere che l'infelicità esista veramente, e non credere che l'infelicità non esista. Se credi che l'infelicità sia pura illusione, e se cerchi inconsciamente di ricacciarla nella cantina buia della mente e dimenticarla, seppellendola sotto mucchi di chiacchiere e altra immondizia, ossessionerà i tuoi sogni come uno scheletro sepolto in cantina.

Se credi che l'infelicità sia la vera natura del mondo, e se non fai nulla per comprendere il suo messaggio, abbandonandoti alla commiserazione e al masochismo, distruggerà la tua vita e ti condannerà a un lungo inferno di oscurità e disperazione.

Non odiare l'infelicità, perché sei tu che l'hai creata. Non amare l'infelicità, perché sei tu che puoi cambiarla in felicità. L'infelicità non è altro che consapevolezza della propria ignoranza. Puoi accettarla e cominciare a lavorare per imparare, e puoi accettarla e rimanere nell'oscura prigionia dell'ergastolano: la scelta è tua.

Quanto dovrai lavorare per superare le strettoie della vita: questa è un'altra faccenda. Quanto tempo ti ci vorrà: questa è un'altra faccenda. Non perdere pazienza e fede, ma tieni la tua barca a galla anche in mezzo alle bufere più violente: dopo la tempesta il cielo è sempre più azzurro.

Il Discepolo:

Maestro, dimmi, perché esiste l'ignoranza?

Il Maestro:

L'ignoranza non è che la mancanza di comprensione. Si può essere ignoranti anche dopo aver studiato per tutta la vita e aver imparato a memoria montagne di libri.

L'ignoranza è la cecità dell'anima, che ti impedisce di vedere ciò che è evidente. Una persona può essere priva di qualsiasi cultura accademica e di qualsiasi titolo di studio, ma aver vinto completamente l'ignoranza.

L'ignoranza è il contrario della saggezza, è la sicurezza testarda e sprezzante di aver sempre ragione senza mai ascoltare o osservare nulla. L'ignoranza è la malattia della mente che le impedisce di funzionare adeguatamente e di costruire un futuro migliore.

L'ignoranza esiste perché l'essere vivente vorrebbe cercare di prendere il posto di Dio. Senza la coperta fitta e pesante dell'ignoranza, un simile tentativo sarebbe impossibile. Nessuno ci impedisce di tentare, anzi, ci vengono forniti gli strumenti per provare a sperimentare le nostre teorie. Come bambini petulanti che vogliono cucinare il pranzo al posto della mamma, riceviamo in dono delle pentoline giocattolo, un fornello che non brucia, e facciamo le torte usando il fango, zuccherandole con la sabbia.

Va tutto bene finché sappiamo che è un gioco, finché lo consideriamo una semplice prova per apprendere delle verità più profonde. Ma che succede quando tentiamo di mangiare la nostra torta?

Così l'ignoranza ha un suo scopo. Ci fa giocare per un po' finché i nostri desideri sono soddisfatti o frustrati. Quando siamo soddisfatti, sentiamo il desiderio di cercare qualcosa di più. Quando siamo frustrati, sentiamo il desiderio di cercare qualcosa di più.

L'ignoranza è sempre relativa. Essendo semplicemente mancanza di conoscenza, esistono diversi gradi di ignoranza: l'essere può venire ricoperto da un leggero velo di ignoranza, diafano e effimero come il fumo di un fuoco, oppure da uno strato di sporcizia. Oppure può essere sepolto profondamente in una tomba di pietra sotto una montagna.

Gradualmente possiamo liberarci dall'ignoranza agendo con la consapevolezza, l'azione, la purificazione della nostra vita. L'ignoranza è sempre temporanea. Non può mai esistere in eterno. Per tutti arriva il momento della comprensione.

Non odiare le persone ignoranti: hanno già la loro punizione, una punizione peggiore di quella che tu potresti infliggere loro. Non disprezzare le persone ignoranti: anche tu sei ignorante per chi è più consapevole di te. Non lasciarti coinvolgere dalle persone ignoranti: il loro contatto è contagioso, se non sei abbastanza forte e consapevole, se non hai un sistema immunitario spirituale abbastanza sano, potresti scivolare anche tu di nuovo nelle sabbie mobili.

Cerca di aiutare le persone ignoranti nella misura delle tue capacità, con distacco, prudenza, tolleranza e intelligenza.

Non turbare la mente degli ignoranti sminuendo ciò che stanno facendo, ma piuttosto cerca di impegnarli in qualcosa di positivo che li aiuti gradualmente a sollevarsi. Non cercare di tagliare i loro attaccamenti, se non sei pronto al martirio. Tu puoi tagliare solo i tuoi attaccamenti: nessuno può tagliare gli attaccamenti di un altro.

Tu non puoi cambiare il modo di pensare delle persone forzandole al tuo modo di pensare: semplicemente dai l'esempio di come si deve agire, e disponi le tue perle in bell'ordine sugli scaffali. Chi lo desidera entrerà nella tua bottega e chiederà il prezzo delle perle.

Qualcuno sarà disposto ad acquistare, altri se ne andranno, alcuni ti insulteranno perfino. Ma non gettare le tue perle ai porci, perché le calpesteranno e si rivolteranno contro di te per sbranarti.

Il Discepolo:

Maestro, dimmi, chi è il maestro in questo mondo?

Il Maestro:

Il maestro è la voce dello Spirito che parla attraverso innumerevoli voci. E' il volto dello Spirito che si affaccia in innumerevoli occhi. Ognuno è maestro per il proprio prossimo, e tutti dobbiamo imparare dal Maestro Supremo. Nessuno può dire in questo mondo di aver imparato abbastanza.

Il Maestro Supremo invia delle persone liberate per aprire le strade nuove, i sentieri difficili e franati, perché i viandanti possano percorrerli in libertà e sicurezza. Nel mondo esiste sempre almeno un rappresentante autentico del Maestro, ma non è facile trovarlo.

Quando il discepolo è pronto, troverà il maestro. Il maestro non si compra e non si vende. Anche tu potrai diventare un maestro realizzato, quando sarai capace di trasmettere la conoscenza e la consapevolezza.

Normalmente è molto difficile incontrare un vero Maestro. Se qualcuno fa qualche piccolo miracolo, la gente lo accetta come Maestro. Se uno fa qualche conferenza, dà un mantra o mostra qualche tecnica di meditazione o di sviluppo dei poteri mistici, viene

accettato da molte persone come Maestro. In questo modo le persone superficiali o ignoranti accettano così tanti maestri senza ottenere una vera soddisfazione interiore. Alla fine, la nostra fede viene distrutta e cominciamo a pensare che l'idea stessa di un maestro sia ipocrisia. Il risultato è che rimaniamo lontani dal Maestro. Veniamo delusi da maestri insufficienti e mediocri, e poi disprezziamo i veri Maestri.

Non riusciamo a capire la differenza tra il maestro limitato e il Maestro Eterno, che ci può dare la liberazione. Ogni persona, anche limitata, che può insegnarci qualcosa di utile è un maestro e va rispettato e onorato, ma il vero Maestro Sublime non ha limitazioni.

Il Maestro è veritiero, è perfetto, semplice, diretto e affettuoso. E' sempre desideroso di fare del bene ai suoi discepoli. Non porta via il denaro ai discepoli, anzi, toglie loro l'ignoranza, i peccati e l'ansietà.

La grandezza del Maestro sta nell'essere capace di portare i suoi discepoli alla visione di Dio senza grandi austerità. E' capace di portare la pace delle grotte e degli eremitaggi direttamente nella casa del discepolo, di mostrare la via spirituale nel bel mezzo del mondo. Vi fa vedere l'Himalaya nella vita di tutti i giorni.

Questo Maestro non consiglia di abbandonare tutto e di rinunciare ai beni di questo mondo, ma piuttosto di rinunciare all'egoismo e all'illusione.

Con le sue benedizioni divine, il Maestro trasforma la vita ordinaria di una persona di famiglia in un'esistenza sacra, in cui l'essere umano vede la vita come un dono di Dio, anche continuando nelle sue occupazioni nella società, e compie ogni azione con perfetta coscienza di Dio. Realizza l'amore sempre crescente, un amore che non è attaccamento e quindi non è limitato da nulla.

Una persona senza Maestro prende innumerevoli iniziazioni, inaridisce il suo cuore nella rinuncia e nell'austerità, esaurisce il suo entusiasmo nell'ansietà e nella delusione.

I Maestri contribuiscono in un'infinità di modi al progresso dell'umanità. Dalle sfere più elevate diffondono luce e vita sul mondo intero. I Maestri collegati alle varie religioni le usano come ricettacoli in cui riversare l'energia spirituale da ridistribuire ai fedeli sotto forma di grazia.

I Maestri inviano forme pensiero di alto potere intellettuale che vengono catturate dagli uomini di genio, assimilate e distribuite al mondo; a questo livello inviano anche messaggi ai loro discepoli, informandoli dei compiti a cui si devono dedicare.

I Maestri si occupano di aiutare i morti, di controllare l'insegnamento impartito ai discepoli più giovani, di controbilanciare costantemente le forze del bene contro quelle del male.

Il Maestro è più delicato di un fiore nell'esprimere la gentilezza e l'affetto, ma più forte del tuono per difendere i principi.

Che le benedizioni del Maestro Supremo vi accompagnino sempre durante il vostro viaggio!

GLI INSEGNAMENTI DELL'ASCETA

Il vero asceta non è colui che si sottrae all'azione, fugge dal mondo e si nasconde in un luogo solitario. L'eremita che porta ancora i desideri materiali nella sua mente è un pover'uomo che si illude di essere diventato un santo e inganna sé stesso.

L'asceta può vivere in qualsiasi luogo, se la sua mente è controllata e la sua consapevolezza è stabile. All'inizio è necessaria la tranquillità esteriore per praticare l'ascesi, ma una volta che la mente è diventata calma come la fiamma di una candela non disturbata dal vento, l'asceta porta la sua presenza nel mondo come una brezza profumata di luce.

La pratica dell'ascesi è la naturale situazione di progresso dell'essere umano, la chiave che gli permette di essere nel mondo ma non del mondo. Controllare la mente e i sensi ci permette di agire in questo mondo senza rimanere attaccati alle conseguenze dell'azione, di rimanere indisturbati di fronte alla gioia e al dolore, al successo e al fallimento, al guadagno e alla perdita, all'onore e al disonore, e di continuare a svolgere il nostro dovere senza esitare. Questa equanimità è la vera ascesi.

L'arte del vivere ha le sue regole. La scienza del vivere ha le sue leggi. Se tu conoscerai queste leggi e queste regole, potrai fare della tua vita un capolavoro, un'opera d'arte, una meraviglia scientifica. Il corpo, i sensi e la mente che possiedi in questo momento sono i tuoi strumenti più preziosi. Impara a conoscerli e a utilizzarli nel modo migliore. L'artista e lo scienziato tengono in gran conto i loro strumenti, li mantengono puliti e in ordine, ne osservano il funzionamento e se ci sono dei problemi si affrettano a risolverli. Se trascuri un incendio, le conseguenze saranno devastanti. Se trascuri una malattia, i danni continueranno a crescere nel corso del tempo. Sii consapevole dei tuoi strumenti, e non li trascurare.

Il corpo non è il nostro padrone, ma è un tempio per la nostra adorazione. Allena il corpo e allena la mente, portali sotto controllo, con fermezza e dolcezza, con pazienza e tenerezza. Se non controlli e non scegli cibo, dimora e compagnia adatta, non potrai ottenere il successo. Se invece vivi nel modo più favorevole al tuo sviluppo, la tua forza vitale e la tua consapevolezza saliranno gradualmente e naturalmente attraverso i sette gradini della scala umana, armonizzando le sette stelle che ruotano e risplendono all'interno del corpo umano.

Coricati presto la sera e alzati di buon mattino. Il periodo che va da un'ora prima dell'alba fino a due ore dopo l'alba è il più favorevole alla meditazione e alla pace, quando tutto è silenzioso e tranquillo. Dopo aver eseguito le abluzioni, volgiti a oriente o a settentrione, e siediti a praticare la tua meditazione e il controllo del respiro in un luogo purificato dove non ci siano disturbi. Siediti ancora a meditare a mezzogiorno e al tramonto, quando il sole passa le altre due soglie del giorno.

Medita sul sole, che è l'occhio di Dio e l'immagine del tuo Sé splendente e luminoso. Respira, e sii consapevole del respiro. Il respiro è il momento presente, la consapevolezza del tuo vero essere, al di là di ogni tramestio mentale.

Il respiro della narice sinistra è il respiro della luna, il respiro della narice destra è il respiro del sole: per rafforzare la tua mente e il tuo corpo, porta il respiro della luna nel giorno e il respiro del sole nella notte. Respira a fondo, inspirando la purezza e la forza ed espirando ciò che hai superato e bruciato nel fuoco del tuo progresso. Il respiro di mezzo è il perno dell'universo, la strada dell'immortalità.

Ogni giorno studia le Scritture sacre, recitale e medita su di esse. Metti in pratica i loro insegnamenti: la conoscenza teorica non è sufficiente a liberarti. Discuti dei loro insegnamenti con le persone realizzate e cerca la loro compagnia il più spesso possibile. Abbandona le abitudini dannose e osserva il voto di silenzio quando le parole non sono necessarie, veritiere o benefiche. Ogni pensiero, parola e azione è un seme che piantiamo nel mondo e ne raccoglieremo il frutto. Ogni cosa ha un effetto, eppure niente di ciò che c'è in questo mondo è veramente serio.

Ma coloro che l'hanno compreso veramente agiscono nella vita come se ogni cosa e ogni istante fossero importanti e sacri. Un asceta è una persona molto semplice: quando cammina, cammina, quando parla, parla e basta. Non pensa mentre ascolta, non fantastica mentre cammina, non vede mentre tocca. Vive nel presente e nel luogo dove si trova, e non è confuso dalle apparenze. Il vero asceta è sempre immerso nella contemplazione della Verità: la verità sulla propria essenza, la verità sull'essenza di tutti gli esseri e di tutte le cose, la verità sullo scopo della vita, la verità del cammino spirituale.

Evita di fare del male a qualsiasi creatura. Controlla la collera con l'amore, il perdono e la compassione. Non dipendere da nessuno per le tue necessità quotidiane, lavora onestamente per guadagnarti da vivere. Il lavoro è adorazione al divino, quando viene dedicato a Dio.

Controlla i sensi e coltiva la purezza nel pensiero, nelle parole e nelle azioni. Conserva le tue energie sessuali e il fluido vitale, e usali per progredire nella vita spirituale, evitando di ricercare la gratificazione dei sensi fine a sé stessa. Nulla di ciò che possiamo ottenere, vedere, gustare, odorare, toccare, sentire o pensare potrà darci la pace che cerchiamo, benché un uso intelligente ed esperto dei sensi possa aiutarci a progredire nel viaggio della consapevolezza.

Un luogo tranquillo, libero dai rumori molesti, circondato dalle bellezze della natura, con un'aria sana e pulita e un'acqua pura, è la ricchezza più grande che l'essere umano possa ottenere e costituisce un grande aiuto per la meditazione e l'ascesi. In questo luogo dovrebbero abitare persone che perseguono lo stesso cammino spirituale, e che sono desiderose di progredire.

Questo luogo dovrebbe essere decorato dal cinguettio degli uccelli, dal canto dei grilli, dal ruggito del leone e dai suoni di buon auspicio delle campane, della conchiglia, del flauto, della tromba, dell'arpa e del tamburo, della campanella e del gong, dal canto degli inni sacri e dei suoni del potere. Questi suoni, applicati moderatamente come si fa con ogni tipo di decorazione, aiutano l'asceta ad approfondire la sua meditazione.

Tieni un diario dove annoti il bilancio di ogni giornata e i propositi per correggere i tuoi errori, e annota i commenti su ogni giornata la sera prima di andare a dormire. La mattina al risveglio, annota i sogni che hai fatto, per portare al livello cosciente i messaggi del subcosciente, che tutto sa e tutto ricorda.

Dormi su un letto semplice, coricato sul fianco sinistro, in una stanza ben aerata e in penombra. Se necessario, usa una zanzariera possibilmente di cotone, per non essere disturbato dagli insetti. La testa non dev'essere troppo in alto rispetto ai piedi. Non dormire troppo, e non dormire troppo poco. Non dormire dopo mangiato, e non fare sonnellini dopo le quattro del pomeriggio. In questo modo, la tua mente rimarrà chiara e fresca, adatta alla meditazione e alla consapevolezza interiore.

Evita di mangiare eccessivamente, o di mangiare cibi pesanti e troppo ricchi. I cibi piccanti, fritti, acidi, eccessivamente dolci o salati disturbano la mente, così come aglio, cipolle e funghi la appesantiscono. Preferisci la frutta fresca né troppo matura né acerba, la verdura fresca, i cereali integrali e i latticini freschi. Tra i cibi migliori, ci sono il grano, l'orzo, il riso, il miglio, il granturco, i ceci freschi, la soia verde, le zucchine, gli spinaci, la verza cruda, le patate, la tapioca, la fecola, i datteri, le banane, l'uva, le arance, le mele, i melograni, lo zucchero integrale, le mandorle, la noce di cocco, i pistacchi, le noci, lo yogurt, il latte molto caldo mescolato con polvere di zenzero, il burro, lo zenzero secco. Offri il tuo cibo a Dio prima di mangiare.

Quattro volte al mese, nella luna piena e nella luna nuova, e nell'undicesimo giorno della luna crescente e calante, digiuna per liberare il tuo corpo dalle impurità accumulate. Questi giorni costituiscono un punto di passaggio nelle influenze delle maree e sono i momenti in cui il corpo è più attento e pronto ad ascoltare e a modificarsi.

Esistono sette pratiche fondamentali di purificazione del corpo e della mente, di cui la principale è il digiuno di tre giorni, preferibilmente a base di acqua tiepida. Se non si riesce a seguire questa pratica con successo, allora bisogna praticare il digiuno a base di

succhi di frutta e verdura e di tisane di erbe. Se non si riesce a praticare neppure questo, bisogna seguire almeno per un periodo di tre giorni una dieta a base di frutta e verdura cruda non condite.

Le altre pratiche di purificazione, che possono essere usate in concomitanza con il digiuno, oltre a quelle normali dei denti e del corpo durante il bagno quotidiano, sono la pulizia della gola e della lingua, la pulizia anale e del basso intestino, la pulizia del naso, la pulizia dell'occhio, la ginnastica addominale e la pulizia dei polmoni.

L'asceta deve praticare la non violenza, la veridicità, l'onestà, la continenza sessuale, la pazienza, la forza morale, la gentilezza, la lealtà, la moderazione nel mangiare e la pulizia.

Deve coltivare l'austerità, la capacità di accontentarsi di poco, la fede in Dio, la carità, l'adorazione, l'ascolto e la spiegazione delle scritture sacre, la modestia, il discernimento, la recita delle preghiere, l'adempimento delle offerte sacrificali e dei riti religiosi, il servizio senza attaccamento ai frutti dell'azione, per dovere devozionale, svolto in uno spirito di amore e attenzione. Il suo motto dev'essere "vita semplice, pensiero elevato".

L'asceta deve praticare il controllo del corpo, mantenendo una posizione adeguata, in cui la colonna vertebrale sia dritta, il collo e la testa allineati ed eretti. E' meglio sedere per terra, per avere una maggiore stabilità e contatto con le forze naturali: a gambe incrociate, tenendo le ginocchia molto vicine a terra. Si potrà usare come seggio una piccola stuoia, coperta da un panno di cotone che verrà lavato spesso.

Quando l'asceta è in grado di rimanere seduto mantenendo a lungo la stessa posizione senza disagio, la sua energia si muoverà più facilmente verso i centri superiori. L'asceta deve praticare il controllo delle arie interne, che possono spingere la consapevolezza verso i centri superiori e aprirgli le porte della perfezione, permettendogli di trasmutare alchemicamente le sostanze del corpo e di produrre il nettare dell'immortalità. Il controllo del corpo si ottiene con la pratica e l'esercizio: quando il corpo non dà disturbi, è possibile concentrarsi nella meditazione.

Il controllo del respiro porta al controllo della mente: si tratta di una grande scienza. Nel respiro non si assorbe solo aria e ossigeno, ma anche l'energia vitale dell'universo. Chi è capace di incanalare tale energia vitale nei fiumi del corpo può vivere senza bisogno di cibo o bevanda.

Siedi in meditazione ma non pensare; limitati ad osservare la mente. Vedrai i pensieri entrare. Prima che entrino, allontanali, così la tua mente potrà conoscere il vero silenzio, la pace e la libertà. Medita sulla parola di Dio: "Fermati e sii cosciente che Io sono Dio". La meditazione ci permette di cominciare a vedere la nostra situazione psicologica in modo molto preciso e diretto. Le illusioni su noi stessi cominciano a svanire, ed è un gran bene. Dobbiamo allora fare amicizia con noi stessi, accettarci così come siamo, entrare in intimità con noi stessi e collaborare alla nostra crescita e alla nostra evoluzione.

Se non riusciamo a fare amicizia con noi stessi non abbiamo speranze. Se abbandoniamo noi stessi, pensando di essere incapaci o stupidi, dove potremo mai andare? Nessuno potrebbe eseguire la nostra crescita e la nostra evoluzione meglio di noi stessi.

Possiamo trovare aiuto e sostegno, ma nessuno può fare il nostro lavoro al nostro posto. Non possiamo essere qualcun altro, oppure aspettarci che qualcun altro sia "noi" al nostro posto.

Nemmeno il Maestro può sostituirsi a noi per percorrere la nostra strada. Ogni essere vivente ha un campo da lavorare, e non può mandarci nessun altro. Questo campo è la nostra consapevolezza, la nostra crescita interiore. Possiamo ricevere molto aiuto, ma non acquistare un campo già coltivato e già pronto.

Ogni aquila vola da sola verso il sole, senza stormo e senza nido. Noi stessi siamo il nostro stormo e il nostro nido. Diventare coscienti di questo fatto ci aiuterà moltissimo a progredire.

La meditazione è il vero esercizio della libertà spirituale. Non dipende dai dogmi, dalle credenze, dalle organizzazioni religiose o politiche, dalle gerarchie. Non è una faccenda pubblica dove molti si riuniscono e offrono preghiere e rituali. Sta a sé ed è sempre al di là dei confini della condotta sociale.

Ma non è nemmeno un affare privato, non è una ricerca personale del piacere: nella meditazione c'è la radice delle relazioni vere, dell'unità di ogni esistenza. Nella luce del silenzio tutti i problemi si dissolvono, scompaiono le divisioni, si rafforza l'amore. E' un pellegrinaggio verso il luogo più sacro dell'universo: il proprio cuore, dove risiede sempre il Divino vivente.

Il controllo dei sensi e la capacità di fissare l'attenzione in modo costante e profondo precedono gli stati superiori dell'ascesi. Cinque sono i gradini dell'ascesi: lo stato oscuro, lo stato ispirato, lo stato costante, lo stato consacrato e lo stato puro. Nello stato oscuro si è spesso preda della sonnolenza, della noia, del fastidio, della pigrizia, della distrazione, dei desideri materiali. Nello stato ispirato si combatte per elevarsi e per migliorare. L'asceta si sforza sinceramente e applica tutta la sua volontà per la verità e il progresso, cerca una guida adatta e segue i suoi insegnamenti.

Nello stato costante l'asceta comprende la propria natura interiore e la natura dell'universo e agisce di conseguenza, senza lasciarsi scoraggiare dalle circostanze, applicando la determinazione e la pazienza. Nello stato consacrato l'asceta riesce a comprendere i misteri della parte magnetica della creazione e i movimenti della Vita, il Cuore divino. Nello stato puro l'asceta entra nella Luce Spirituale, la Sfera più alta dell'esistenza e diventa perfetto. L'asceta perfetto ha il potere di ridurre il proprio corpo o qualsiasi altra cosa a dimensioni atomiche, di ingrandire il proprio corpo o qualsiasi altra cosa in misura infinita, di rendere estremamente leggero o pesante il proprio corpo o qualsiasi altra cosa. Ha il potere di ottenere tutto ciò che desidera, di tenere qualsiasi cosa sotto controllo, di

soddisfare qualsiasi desiderio e di manipolare le leggi della natura. Tutto ciò si può raggiungere attraverso la meditazione.

Non lasciarti spaventare dall'idea della meditazione: tutti compiono diversi tipi di meditazione nella loro vita quotidiana, per acquisire talenti o abilità, per studiare, per imparare a fare le cose, per capire il funzionamento degli oggetti. Senza meditazione, non è possibile al dottore curare una malattia, al professore tenere una lezione, allo studente prepararsi per gli esami, allo scrittore portare a termine il suo lavoro, al giudice arrivare al verdetto. Non è possibile neppure eseguire bene i compiti più quotidiani come cucinare, pulire, costruire o riparare oggetti, guidare un'automobile, risolvere problemi matematici.

La meditazione non è altro che attenzione e concentrazione delle facoltà mentali su una singola cosa che si sta facendo. In questi tipi di meditazione, però, l'attenzione viene rivolta a cose materiali e temporanee - e infatti si riesce ad ottenerle - mentre nella meditazione trascendentale l'attenzione viene concentrata su ciò che sta al di là della crosta esteriore del mondo: la vera natura dell'essere, la natura di Dio, lo scopo della vita. La meditazione su questi soggetti può trasformare l'intera nostra esistenza e farci vedere in una nuova e diversa luce tutti gli altri oggetti della nostra attenzione quotidiana, può darci la pace e la felicità, la consapevolezza di fare delle scelte positive nella nostra vita.

La meditazione apre il magazzino segreto dell'energia divina, e allora si rivela la vera bellezza dell'essere, la brillante luce divina. Quando la bellezza è rivelata risveglia il suo compagno: il suono, una musica dolce e divina, che risuona nella testa. Questo suono si può manifestare come le onde del mare, il rombo del tuono, lo scroscio di un ruscello, lo sferragliare di un treno, il suono di un aereo lontano, voci che cantano il Nome divino, suoni di tamburi, il suono sacro e solenne della conchiglia, di enormi campane, il suono di strumenti a corde, il ronzio di api e calabroni, il richiamo del pavone nella giungla all'alba, il canto del cuculo o di altri uccelli, il suono di cembali, il flauto.

A questo punto dello sviluppo del potere divino si può godere di un sonno profondo e piacevole, oppure il sonno scompare del tutto senza nessuna ripercussione negativa sulla salute e sullo stato mentale. Il corpo diventa forte e sano, uno strumento potente e resistente.

Il suono divino porta gradualmente a gustare l'elisir divino che viene stimolato dal palato. Questo elisir libera da ogni malattia, dà un piacere supremo e un gusto straordinario a tutto ciò che si mangia. Il senso del tatto viene stimolato dall'energia divina che scorre attraverso i 72000 canali dell'energia.

L'energia vitale dell'universo, chiamata anche *prana*, che solitamente assorbiamo attraverso il respiro e attraverso l'acqua e gli alimenti vivi e vitali, è la forza primaria

naturale che dà felicità, potenza, perfezione, salute, virilità, bellezza, liberazione, ma anche malattia e ansietà, illusione e pazzia, quando è bloccata o incanalata male. Può essere anche trasmessa o assorbita attraverso il contatto fisico affettuoso o l'imposizione delle mani a circa 2-3 centimetri di distanza dalla pelle.

Questa energia vitale circola nel corpo umano attraverso un canale principale (attraverso la colonna vertebrale), più altri due laterali (collegati con la narice destra e la narice sinistra, di splendore dorato e argentato), più altri sette (collegati con i vortici di energia del corpo), più altri novanta che percorrono il corpo (e sono conosciuti come i punti dell'agopuntura o agopressione), più 71900 che percorrono tutto il corpo in corrispondenza dei vari terminali nervosi del corpo grossolano, dando origine in tutto a 350.000 punti nervosi sottili.

I circuiti principali di questa energia vitale sono cinque:

il primo e principale scorre nel cuore e nei polmoni e in tutta la regione del torace, e viene generalmente assimilato con la respirazione,

il secondo circola nella regione intestinale e spinge verso il basso le sostanze di scarto di cui l'organismo si deve liberare; è anche la forza che spinge il bambino fuori dall'utero al momento della nascita,

il terzo parte dalla zona dello stomaco e circola in tutto il corpo attraverso il flusso sanguigno, trasportando le sostanze nutritive e vitali a tutte le cellule,

il quarto circola nel corpo intero in corrispondenza del sistema nervoso e consente i movimenti e la sensibilità,

il quinto, il più alto, circola nella regione della gola e della testa, e spinge verso l'alto la voce, il muco e il catarro in eccesso, l'aria da espellere, il vomito quando è necessario, eccetera.

Il quinto circuito dell'energia vitale è anche in grado di trasportare l'energia sessuale per sublimarla e nutrirla nei tessuti sottili del cervello per acquisire potenza, splendore e liberazione dai condizionamenti della materia: si tratta di un'operazione difficile e delicata, che richiede grande abilità o grande fortuna; se viene compiuta in modo scorretto o viene lasciata al caso, nelle persone ignoranti, i tessuti sottili del cervello possono esserne danneggiati invece che nutriti e arricchiti.

Questo è il motivo per cui alcune persone che sono sottoposte ad astinenza sessuale forzata oppure a pratiche sessuali errate possono subire dei danni al sistema nervoso e al cervello.

Nel corpo umano risiedono tutti i luoghi sacri, tutte le divinità, tutti i mantra, tutti i poteri. Non permettete agli insegnamenti di qualche gruppo o scuola di costringervi a pensare a voi stessi come a un essere ordinario, banale, stupido o debole. Il corpo è un grande amico.

E' la città sulla quale governate, il regno che controllate. E' sempre al vostro servizio, pronto a recarsi dovunque desiderate. E' soddisfatto di ciò che gli date, e vi serve sempre fedelmente.

Se ve ne prendete cura affettuosamente, vi servirà ancora meglio. Se lo danneggiate, cercherà comunque di fare del suo meglio per servirvi. Il corpo è un capolavoro creato da Dio, un veicolo perfetto, un magazzino di sapienza, una miniera di conoscenze segrete.

Non disprezzate la mente, che è lo strumento più prezioso che potrete mai possedere. La mente è la luce della consapevolezza in forma concentrata: l'intero universo viene all'esistenza attraverso il potere della mente. La nostra mente individuale è costituita da una certa quantità di quell'elemento universale che è la mente. La mente è un elemento come la terra, l'acqua, il fuoco, l'aria, lo spazio.

Ha una sua potenza, in quanto elemento naturale, proprio come gli altri elementi hanno una grande potenza racchiusa in sé. Non si può distruggere la mente o liberarsi dalla mente, proprio come non si può distruggere l'acqua che costituisce il proprio corpo, o liberarsene completamente. Così la mente che fa parte del nostro veicolo non è differente dalla Mente Universale, o dalla mente collettiva.

La mente appare sempre in trasformazione, ma in realtà è immutabile, proprio come l'acqua, la terra o il fuoco. Può essere utilizzata bene o male, a seconda della nostra consapevolezza e della nostra abilità. Possiamo purificarla o contaminarla, proprio come possiamo purificare o inquinare l'acqua. Possiamo usarla per svolgere dei lavori, proprio come possiamo usare l'acqua per spingere le pale di un mulino o di una centrale idroelettrica. Possiamo imparare a controllarla con dighe e canali, e possiamo lasciarla correre libera di inondare e spazzare via ciò che abbiamo costruito: la mente non ne ha nessuna colpa, perché è solo un elemento.

La mente ci può dare pace, illusione, intelligenza, arguzia. Usando bene la mente si può diventare poeti, intellettuali, artisti, musicisti, o asceti. Usando male la mente si vive costantemente all'inferno, dovunque si vada.

Il Divino vive nella mente, che costituisce il suo tempio. L'energia divina della consapevolezza risiede nella mente. La mente ci permette di sviluppare i poteri mistici e di comprendere a fondo la natura della realtà.

La stessa inquietudine della mente è una benedizione, perché ci spinge costantemente lontano da ciò che non ci dà una vera soddisfazione. La mente è sempre alla ricerca della perfezione, del rifugio perfetto, del riposo perfetto. Invece di cercare di mortificare la mente e di affamarla, conducetela al fiume dell'estasi del sé interiore, portatela in pellegrinaggio alle fonti della conoscenza, all'oceano dell'amore, che è il corpo di Dio.

Nel corpo umano esistono sette sigilli, sette stelle, sette ruote che bisogna penetrare. Sono i sette sigilli della consapevolezza superiore, la consapevolezza del livello umano. I sette

sigilli della consapevolezza inferiore appartengono al regno animale, mentre i sette sigilli della consapevolezza divina appartengono al regno superiore all'umano e solo poche anime elette li raggiungono. In totale esistono dunque ventuno sigilli del viaggio verso il divino, che è splendente e luminoso come milioni di soli.

I sette sigilli del regno animale, dove si trova la consapevolezza a livello inferiore all'umano, sono, dal basso verso l'alto:

1) la dimora infernale, dove l'essere vive nell'odio, nel disprezzo, nella violenza, nel senso di vendetta, nell'uccisione priva di rimorso, dettata da motivazioni egoistiche. Chi vive in questo livello uccide per il piacere di uccidere, tortura per il piacere di torturare. Il suo nome è "la regione infernale della malvagità", ed è localizzata sotto i piedi.

2) la dimora della mancanza di coscienza e della criminalità, dove l'essere è cieco a tutti gli impulsi superiori e alle conseguenze delle sue azioni, e non conosce né la consapevolezza del fare il male, né il pentimento né la paura. Chi vive a questo livello è spesso preda di emozioni negative, di profonde depressioni; ruba e saccheggia considerando ciò come suo diritto. Il suo nome è "grande regione inferiore", ed è localizzata nei talloni.

3) la dimora dell'egoismo, dove l'essere si preoccupa solo di sé stesso, senza interessarsi minimamente alle esigenze o alle sofferenze degli altri. Il suo nome è "regione inferiore dell'umidità" ed è localizzata nelle caviglie.

4) la dimora della confusione prolungata, dove le gioie naturali dell'essere sono sostituite dalla perversione, e le conseguenze negative delle attività colpevoli bloccano e ostacolano il flusso della consapevolezza. Chi si trova a questo livello di consapevolezza prende senza dare, manipola e usa gli altri per i propri fini egoistici e per arrivare al successo materiale. In questa posizione infernale in cui prevalgono l'avidità e l'inganno, l'essere vede le altre persone alla luce di ciò che può ottenere da loro. Il suo nome è "sotto il livello inferiore" ed è localizzata nei polpacci.

5) la dimora dell'invidia e della vendetta, dove la mente è sempre intenta a desiderare ciò che hanno gli altri e preoccuparsi di ciò che non si è o non si ha, tormentata dal senso di inferiorità, disperazione e incapacità. Il suo nome è "grande regione bassa", ed è situata nella zona delle ginocchia.

6) la dimora della collera incontrollata e del risentimento, dove la consapevolezza entra nella fornace del fuoco istintivo e ferisce gli altri senza rendersene conto. La rabbia nasce dalla disperazione, dalla confusione, dalla frustrazione e dall'ignoranza, e produce risentimento e collera verso tutto e verso tutti, e desiderio di distruzione. Il suo nome è "la regione dei perduti", ed è situata nella zona delle cosce.

7) la dimora della paura e della lussuria, l'abisso dove l'indecisione blocca l'azione positiva e lascia passare solo l'ambizione, e le abitudini di gratificazione incontrollata dei sensi ottendono il corpo etereo. Il suo nome è "senza fondo" ed è situata nella zona dei fianchi.

Chi supera questi primi sette sigilli del regno animale si trova a poter accedere ai sette sigilli del regno umano: questi sono i quattordici mondi materiali. Chi supera i sette sigilli del regno umano può accedere ai sette sigilli del regno divino, i sette mondi superiori, spirituali e trascendentali.

Il primo vortice di energia superiore nel corpo umano si trova alla base della spina dorsale, sul plesso pelvico a metà strada tra l'ano e i genitali; nelle donne è sul lato posteriore della cervice, alla base dell'utero. E' il sigillo della memoria, del tempo e dello spazio, la base di ogni conoscenza umana e degli istinti di sopravvivenza. Il suo centro è la sicurezza, il cibo e il riparo, il suo senso è l'odorato. Quando ripercorriamo le strade del ricordo del passato, comprese le vite passate, operiamo da questa energia. In questo centro nascono la passione e l'inerzia, la manifestazione dei desideri sessuali, il senso di colpa, l'agonia, la gelosia, la collera e molti complessi, manie e fobie.

Dei quattro petali di questo fiore di loto rosso, uno governa i ricordi delle vite passate, e gli altri tre governano gli schemi di memoria e le relazioni tra azioni e conseguenze da una vita all'altra. Questo sigillo è chiamato anche "la radice della crescita", e generalmente l'essere umano evoluto risiede in questa stella durante i primi sette anni della sua vita, quando impara a parlare, a relazionare e a coltivare la cultura. Il suo elemento è la terra.

Questo vortice di energia è il fondamento dell'energia umana, e in esso dorme il serpente della consapevolezza, arrotolato su sé stesso. Per penetrare questo sigillo e liberare la consapevolezza, facendola risalire gradualmente attraverso i vortici superiori di energia, è necessario percepire il suo potere e onorarlo, accettarlo come la corrente della vita stessa, la fonte dell'abbondanza. Bisogna sciogliere il nodo dei nomi e delle forme, e purificare le cinque finestre del corpo. Sciogliendo il nodo dell'attaccamento e del desiderio, che trattengono la mente nei piani della sofferenza, la mente diventa capace di concentrarsi e di praticare la meditazione in modo efficace, chiudendo le finestre del corpo e facendo silenzio nel sé. Purificando i canali dell'energia attraverso la respirazione e le altre pratiche ascetiche, l'energia comincia a salire verso l'alto, superando il primo nodo.

Il secondo vortice di energia si trova nella parte inferiore dell'addome, nella posizione di quello che si chiama "osso sacro". E' collegato al plesso nervoso della prostata nell'uomo e all'utero e alla vagina nella donna. Nella parte anteriore del corpo il suo punto di riferimento è l'osso pubico. E' raffigurato come un fiore di loto color arancione, a sei petali.

E' il sigillo della ragione, della logica e dell'analisi. In esso risiede il senso del piacere, dell'attrazione e repulsione che ci fanno scegliere ciò che è bene per noi, il filo della passione per le cose e per le scelte che ci portano a progredire nel nostro cammino. Il suo

elemento è l'acqua, il senso predominante è il gusto, il suo signore è Mercurio controllato dalla Luna.

In questo vortice di energia si possono trovare le radici e le origini del nostro essere, e perciò è chiamato anche "la dimora dell'individualità". Il suo centro è l'inconscio, la famiglia, il piacere, la sensualità, la sessualità, la fantasia, la bellezza, il divertimento, l'ispirazione, la creatività, l'emotività, che rappresentano la fase successiva alla pura e semplice sopravvivenza.

Nei sette anni successivi della vita dell'essere umano evoluto, dai 7 ai 14 anni, la consapevolezza si eleva a questo livello, stimolando la ricerca dei perché della vita, lo studio delle informazioni memorizzate, le teorie e le spiegazioni, e controllando le funzioni del primo vortice alla luce della ragione e della comprensione. Per penetrare questa stella è necessario purificare la nostra consapevolezza con il controllo del respiro.

Il terzo vortice di energia si trova nella zona dell'ombelico, all'interno della spina dorsale, ed è chiamato anche plesso solare. Controlla le funzioni della digestione e della regolazione della temperatura corporea. E' raffigurato come un fiore di loto giallo a dieci petali con all'interno un triangolo con la punta verso il basso. Risvegliandosi crea una base permanente per il serpente divino e conferisce una visione spirituale.

E' il sigillo della volontà, della disciplina, che trasforma le idee in azione, il centro del sistema nervoso dove tutti i canali conduttori dell'energia si incontrano per formare il "secondo cervello". Il suo elemento è il fuoco, il senso predominante è la vista, il suo signore è il Sole.

In esso risiede la definizione del nostro contributo al mondo, il giusto uso della materia intorno a noi, ed è chiamato anche "la città dei gioielli". In questo vortice di energia si trova il fuoco interiore, che brucia gli alimenti e l'ossigeno che respiriamo, trasformandoli in energia pura. I desideri che ostacolano la purificazione di questo centro di energia si chiamano immortalità, autorità, nome e fama, potere e gloria, mentre gli strumenti che vi si trovano sono la carità, l'espiazione degli errori, il servizio altruistico e il senso del dovere.

I dieci petali di questo fiore di loto sono rivolti cinque verso l'alto e cinque verso il basso: la potenza dell'energia della volontà, Sole del nostro essere, può dirigerci verso la consapevolezza materiale dei due centri inferiori o verso la consapevolezza spirituale dei due centri superiori successivi.

L'essere umano evoluto ha la propria consapevolezza in questo livello dai 14 anni ai 21 anni, quando sceglie il suo cammino nella vita.

Per penetrare questo sigillo, dobbiamo diventare consapevoli del processo con il quale agiamo nel mondo. Questo è il sigillo in cui l'azione umana comincia a manifestarsi nel mondo nella sua forma pura e benefica, in cui l'essere umano diventa partecipe della creazione dell'universo e del piano divino.

Per prima cosa, dobbiamo definire il nostro contributo al progresso del Tutto, e questo richiede molta meditazione e chiarezza di pensiero, resi possibili dalla penetrazione dei sigilli precedenti. Dobbiamo quindi fare pace con il nostro desiderio secondo la nostra natura, in modo che mente cosciente e mente subcosciente possano collaborare senza difficoltà a traghettarci al di là dell'oceano delle difficoltà.

Quando avremo realizzato la pace interiore, è necessario creare entusiasmo e motivazione, mobilitare le energie e gli alleati verso lo scopo che dobbiamo raggiungere, verso il compimento della nostra missione.

Questo processo richiede lunghe meditazioni, nelle quali è necessario visualizzare, permettere al futuro di manifestare la sua via e svelare il modo in cui si concretizzerà in modo efficace. Una volta che la via è chiara, è necessario ascoltare le emozioni, esaminare il valore dell'idea alla luce dell'amore, assicurarsi che il nostro desiderio sia in armonia con l'evoluzione e con il pianeta, che sarà di beneficio alle generazioni future. Tutto questo ci permetterà di sintonizzare il terzo sigillo, e farlo ruotare in armonia con il movimento del cosmo.

Se sapremo superare gli ostacoli di questa ruota della consapevolezza, accederemo a un livello di coscienza superiore, che ci libera dalle catene del nostro sé condizionato.

Il quarto vortice di energia si trova nella spina dorsale, direttamente dietro il centro del torace, all'altezza del cuore. Il suo elemento è l'aria, il senso predominante è il tatto, e il pianeta che lo controlla è Venere.

E' il sigillo dell'intuizione, della profezia, della saggezza profonda, che permette a chi lo penetra di comprendere le persone e le cose, di dare consigli utili, di risolvere i problemi, di aiutare gli altri nel loro cammino; il suo nome è "senza macchia". I desideri di questa ruota di energia sono amore, fede, devozione, dovere.

Questo vortice è la conoscenza diretta che non ha bisogno di logica e ragionamenti per vedere la verità e la realtà. In questa stella siede l'Anima dell'anima, che è sempre pronta a dare i suoi insegnamenti e il suo aiuto.

In questo vortice di energia risiede l'amore universale, circondato dai suoi affettuosi servitori e da tutte le sue opulenze.

I dodici petali di questo fiore di loto verde sono i dodici modi di espressione della consapevolezza, che si esprime attraverso diverse apparenze, dirette verso l'alto o verso il basso: l'allegria, lo scherzo, i movimenti, il desiderio di comunicazione sessuale, la carità, il desiderio di azioni sante, il sonno, la pigrizia, l'ira, la crudeltà, il desiderio di fare cose cattive, la rinuncia.

L'essere umano evoluto, che ha vissuto molte vite, segue le tecniche della vita perfetta e pratica la meditazione, si trova in questo vortice generalmente tra i 21 e i 28 anni. La meditazione su questo vortice di energia può produrre il controllo della lingua e delle manifestazioni verbali, dei sensi e delle funzioni fisiche, la saggezza e la forza interiore, l'equilibrio tra la parte maschile e quella femminile.

Nascono la pace e la calma, si imparano a padroneggiare le situazioni della vita; non si dipende più dal destino per determinare la propria esistenza ma si realizzano i desideri per esercizio del proprio volere; si può persino sviluppare l'invisibilità e la capacità di viaggiare nello spazio.

Per progredire ulteriormente verso l'alto, è necessario superare il secondo nodo, che produce compassione, dedizione alle opere di beneficenza e attaccamento verso le tradizioni, le istituzioni e i gruppi spirituali. Anche il rispetto per gli ordini religiosi diventa un vincolo, che porta al desiderio di conservazione e cristallizzazione della conoscenza.

Con la discriminazione, la conoscenza e la realizzazione si può superare questo secondo nodo della coscienza e trascendere il codice genetico, liberandosi così dai legami emotivi con le tradizioni e gli obblighi che appaiono come lealtà nei confronti di una particolare congregazione.

Allora si dissolve l'ego individuale, fondendosi nel flusso eterno della vita. Si comprendono i giochi di Dio e si riesce a vedere la natura illusoria del mondo.

Il quinto vortice di energia si trova nella gola (plesso cervicale), nella zona della tiroide, ed è collegato fisiologicamente con i plessi nervosi della laringe e della faringe. Il suo elemento è l'etere, lo spazio, il suono primordiale. Questo centro della gola è la dimora della forza femminile del sonno. Viene raffigurato come un loto blu a sedici petali contenente un triangolo che punta verso il basso. E' il centro della discriminazione e dell'accettazione delle dualità della vita.

Il senso predominante è l'udito, e il pianeta che lo controlla è Giove. E' il sigillo dell'amore divino, del suono creativo, della vibrazione sacra che trasforma ogni cosa; il suo nome è "perfettamente puro". Chi penetra questo sigillo, spinto dalla forza del vortice del cuore, vede realizzarsi in sé l'amore divino e il potere illimitato della creazione, la capacità di comprendere i messaggi dei sogni. Il desiderio di questa ruota di potere è la conoscenza.

La consapevolezza si ritira automaticamente dal chiacchiericcio della mente e dalle onde continue delle emozioni, e il Sé abita costantemente nella Luce, irradiando luce tutto intorno al corpo. L'essere umano evoluto attraversa questa fase generalmente dai 28 ai 35 anni.

Quando viene risvegliato, e si stimola la secrezione del nettare dell'immortalità dalla centrale energetica chiamata "la luna", situata nella parte alta posteriore della testa, il corpo fisico viene rigenerato. In questo centro nascono la visualizzazione e la percezione delle vibrazioni-pensiero provenienti dalla mente altrui.

Il sesto vortice di energia si trova nel cervello, nella zona più bassa della fronte, in mezzo alle sopracciglia ma leggermente al di sopra di esse, nel punto in cui la tradizione pone il

terzo occhio, la ghiandola pineale. Il suo elemento è l'intelligenza, e il pianeta che lo controlla è Saturno. In esso risiede il superamento androgino della dualità, la posizione di beatitudine, conoscenza ed eternità. E' il sigillo della visione divina, e il suo nome è "centro di comando e di conoscenza".

Chi penetra questo sigillo attraverso le pratiche della meditazione raggiunge l'unità con il Supremo e con la Luce. Questa stella interiore trascende gli elementi materiali, e le sue caratteristiche sono realizzazione, austerità, chiaroveggenza e intuizione. Viene raffigurato come un fiore di loto color blu profondo.

Nei suoi due petali sta la capacità di osservare i mondi inferiori - gli stati della mente - e i mondi superiori, cioè gli stati coscienza spirituale. Gestisce tutte le attività che implicano consapevolezza mentale, e permette di percepire la realtà senza l'impiego dei sensi fisici. Qui nasce l'intelligenza intuitiva, e la volontà diventa fortissima.

L'essere umano evoluto attraversa generalmente questa fase dai 35 ai 42 anni.

In questa posizione si trova il terzo e ultimo nodo che blocca il movimento della consapevolezza verso i piani superiori. Questo nodo è il desiderio di compiacersi delle proprie facoltà intuitive, dei poteri mistici e dei miracoli che si è ormai in grado di compiere. Superando questo ultimo ostacolo, l'asceta si immerge completamente nella beatitudine eterna.

Il settimo vortice di energia si trova in cima al cranio, nel punto dove la testa dei neonati è ancora morbida e tenera, in corrispondenza della ghiandola pituitaria. Viene chiamato anche "la corona" o "l'aureola", e governa 1008 aspetti o attributi del corpo spirituale. Appena sotto di esso, c'è una centrale energetica chiamata "il nettare" o "la luna", che produce il nettare dell'immortalità che generalmente viene bruciato dal fuoco della ruota di fuoco, ma chi riesce a controllare questa centrale di trasmutazione può usare il nettare dell'immortalità per fortificare tutto il corpo e vincere qualsiasi desiderio.

Questa è la stanza delle Nozze Divine, in cui il principio Maschile si unisce eternamente con il principio Femminile.

L'asceta che raggiunge il controllo di questa ruota di energia possiede tutti i poteri mistici e l'immortalità, ha superato l'identificazione materiale e i desideri materiali. Quest'anima perfetta risplende di luce propria e illumina l'universo con la sua presenza.

Attraverso il settimo vortice di energia l'anima realizzata lascia il corpo per salire attraverso i sette vortici divini del suono interiore, che si sviluppano grazie alla pratica spirituale svolta per molte vite, e ottenere la liberazione suprema. I sette sigilli divini sono chiamati "la soglia del passaggio", "la dimora dello spazio", "la dimora della liberazione", "la dimora del senza dimora", "la dimora del rispetto supremo" e "la dimora della trascendenza".

Questo settimo sigillo della consapevolezza umana, la porta che ci permette di accedere ai sette sigilli divini, è la montagna spirituale, il pinnacolo dell'essere umano, la vetta

della luce, dell'energia e della consapevolezza, la soglia dell'unione con il Supremo. Il suo nome è "il fiore dai mille petali", oppure "l'illimitato", e il suo colore è dorato o violetto chiaro, con quarantatré triangoli che si intersecano e puntano sia verso il basso che verso l'alto, nel diagramma cosmico della Madre eterna.

L'essere umano evoluto raggiunge genealmente questo livello di consapevolezza tra i 42 e i 49 anni, e dopo essere divenuto perfetto abbandona questo corpo al momento della morte uscendo per questa porta.

Gli esseri umani meno perfetti escono generalmente dal corpo attraverso le aperture naturali, a seconda del loro grado di evoluzione attraverso gli occhi, il naso, la bocca, oppure attraverso l'ano. Quest'ultimo è il caso delle persone non evolute, che nell'ultima parte della vita rimangono incastrate nel vortice della radice, passando anni interi immersi nei ricordi del passato, dopo essere scesi man mano attraverso i vortici della volontà e della ragione.

Il risveglio della forza primordiale dell'essere, il serpente divino, può provocare vari tipi di sintomi, compresi dei dolori passeggeri, senso di solitudine, distacco dal corpo e anche sensazioni spiacevoli o emozioni negative.

Non bisogna spaventarsi di fronte a queste manifestazioni, ma viverle in modo estremamente aperto e distaccato: dureranno poco, al massimo qualche giorno o poche settimane.

Quando l'esperienza del risveglio diventa stabile, il battito cardiaco e la respirazione possono arrestarsi per ore o addirittura per giorni. Il corpo resta immobile e come morto, ma sollevando le sue palpebre si potranno notare gli occhi che brillano come diamanti.

La consapevolezza rimane al livello più elevato, e l'essere può anche scegliere di non fare più ritorno al corpo fisico: oltrepassato il ventunesimo giorno non è più possibile tornare. Se l'asceta sceglie di tornare al piano fisico, rientrerà al livello di veglia prima del ventunesimo giorno, portando con sé la consapevolezza continua della realtà e una potenza immensa.

Educa la tua mente e la forza del pensiero. La nostra vita è modellata costantemente dai nostri pensieri. L'essere umano è ciò che pensa di essere.

Quello che noi siamo oggi è il risultato di quello che abbiamo pensato nel passato: le convinzioni danno nascita ai fatti. La potenza della mente è immensa: noi non sappiamo nemmeno fin dove può arrivare. La mente può liberarci e può incatenarci.

Può spostare le montagne e prosciugare gli oceani. Il seme dell'albero della liberazione è la giusta conoscenza, applicata in pratica. La pratica dell'ascesi consiste nella purificazione delle modificazioni della mente subconscia.

Questo si ottiene seguendo le sette vie dell'ascesi: l'amore per il sé divino, la pratica regolare della meditazione, il servizio devozionale disinteressato, la compagnia di altri

ricercatori sinceri, il controllo dell'alimentazione e del riposo, la purezza mentale (che comprende la pazienza e il silenzio, cioè l'astensione dai discorsi inutili), la preghiera.

La quantità di gioia che si ottiene nella vita è direttamente proporzionale all'autodisciplina. Nessuno può abbandonarsi in balia delle sensazioni e sperare di gustare una gioia duratura.

Tutto ciò che è bene e felicità viene da Dio, tutto ciò che è male e sofferenza viene dall'ego.

L'identificazione con la materia e con le limitazioni materiali è causa di male e di sofferenza.

Eliminando la barriera dell'ego materiale e trasformandola in identificazione spirituale - "io sono l'anima spirituale eterna", "io sono un frammento di Dio", "io sono il sé superiore e non contaminato" -- si riesce a vincere la sofferenza materiale.

E' necessario coltivare l'amore naturalmente insito nel cuore, la forza morale, il ricordo della propria vera natura e la vera concentrazione.

La forza morale è potenziata dall'osservanza della moralità e dell'autocontrollo (non violenza, sincerità, onestà, moderazione e assenza di avidità) e dalle osservanze religiose (purezza del corpo e della mente, letizia in ogni circostanza e obbedienza agli insegnamenti del Maestro).

Liberati con queste pratiche dalle otto schiavitù: l'odio, la vergogna, la paura, il dolore, la critica, i pregiudizi razziali, l'orgoglio della propria discendenza e la presunzione. Evita in tutti i modi di dipendere da altri e di essere controllato da altri; soltanto il Maestro deve avere la possibilità di controllare le tue attività.

Le chiavi per il progresso nella pratica ascetica sono quattro: avere fiducia negli insegnamenti del maestro, domandare ciò che si ha bisogno di sapere o di chiarire, ascoltare attentamente le spiegazioni con mente aperta, mettere in pratica con costanza e determinazione gli insegnamenti ricevuti.

Il centro della pratica ascetica è la meditazione e la consapevolezza.

Le tre gambe della pratica ascetica sono la disciplina, la pulizia e il lavoro.

Le quattro braccia della pratica ascetica sono l'azione libera dall'attaccamento egoistico al risultato, lo studio della conoscenza, la sperimentazione costante e paziente, e la devozione al divino.

All'inizio è indispensabile porre attenta cura nello stabilire i più esatti equilibri. Infatti l'equilibrio è la chiave del successo: una deviazione da una parte o dall'altra dovrà essere corretta consapevolmente, altrimenti la natura stessa la correggerà, ma in un tempo più lungo e con più fatica e sofferenza.

L'equilibrio è innato e istintivo negli animali, ma l'essere umano ha la capacità di modificare questo equilibrio per portarlo a livelli più alti. Questa è la differenza tra essere umano e animale. L'essere umano è in grado di scegliere un beneficio a lunga scadenza rispetto a un beneficio a breve scadenza.

Può vedere il beneficio superiore - anche se nascosto dalle apparenze - e sceglierlo rispetto al beneficio inferiore, temporaneo e illusorio del piacere sensoriale. Così l'essere umano è in grado di sopportare consapevolmente il proprio dolore e la propria paura e utilizzarli facendone degli strumenti di grande potenza.

La coscienza animale non si estende al di là dell'attimo presente, il piacere dell'animale è strettamente limitato al livello della sensazione, senza giungere a quello percettivo. Gli esseri umani non devono mai assoggettarsi agli animali o alla natura animale, perché lo scopo dell'essere umano è quello di superare il piano puramente animale, diventare veramente umano e poi trascendere anche il piano umano raggiungendo il piano divino.

La paura uccide la mente. La paura è la piccola morte che porta con sé l'annullamento totale, anche se temporaneo.

L'essere umano deve guardare in faccia la sua paura, permettere che lo calpesti e lo attraversi, con distacco e determinazione, osservandola e comprendendola per quello che è veramente. L'asceta deve essere capace di vedere dietro la maschera della paura e di riconoscere il proprio volto.

La paura è solo una sensazione, ma l'annebbiamento delle facoltà intellettive che nasce dalla paura non affrontata è molto più pericoloso. Quando la paura sarà passata, l'asceta aprirà il suo occhio interiore e ne scruterà il percorso. Là dove andrà la paura non ci sarà più nulla, ci sarà soltanto il nostro volto.

Il dolore fisico è un messaggio inviato dai nervi al cervello per stimolare una reazione che porti rimedio al male.

L'essere umano può controllare i nervi e il cervello, e addestrarli in modo perfetto perché diventino degli strumenti di grande valore.

La speranza offusca l'osservazione e porta l'essere umano ad ingannarsi.

L'asceta non deve illudersi, ma osservare la realtà con distacco e senza pregiudizi. Soltanto riconoscendo onestamente la realtà è possibile lavorare su di essa per modificarla e farla evolvere ed espandere.

Chi coltiva l'illusione non raccoglierà che frutti illusori e temporanei. Bisogna setacciare la sabbia dei propri pensieri e scoprirne le impurità una per una, con pazienza e determinazione.

Per ciascuna vetta conquistata dobbiamo trasportarne il potere e l'illuminazione nel mondo mortale inferiore. Dobbiamo scavare a fondo e a lungo, tra la sporcizia e il fango, finché non arriveremo alla nuda pietra primordiale, dove l'alto incontra il basso, sullo

stesso piano. Questo letto di roccia diventerà la dimora del fiume d'oro, del fuoco immortale.

Può darsi anche che quest'opera non si realizzi rapidamente nemmeno nelle sue fasi preliminari; potrebbero occorrere secoli di sforzi prima di raggiungere una specie di nascita permanente.

Il principio di tali cambiamenti in natura è solitamente una lunga ed oscura preparazione seguita da una veloce raccolta e precipitazione degli elementi in una nuova nascita, una rapida trasformazione, un rapido passaggio che nel suo momento di luce appare come un miracolo.

Potrebbe comunque continuare ad esistere una grande massa che riceve influenze dall'alto pur non riuscendo a raggiungere il livello supremo; questo sarebbe ugualmente un grande successo rispetto a tutto ciò che è stato ottenuto finora nella storia.

Tutti i metodi di addestramento servono a condurre la volontà dell'individuo a divenire un tutt'uno con la Volontà divina. L'essere diventa un semplice Strumento del Divino. La mente si acquieta e l'asceta si immerge completamente nell'unione con il Supremo, con tutto il cuore, con tutta l'anima, con tutta la mente e con tutte le sue forze. Verità, semplicità e amore diventano allora la base della vita dell'asceta.

Non c'è più disarmonia tra quello che l'anima comprende, quello che la mente pensa, quello che la voce dice, e quello che il corpo attua.

La semplicità diventa naturale, perché si è costantemente coscienti dell'essenziale. L'essere ama profondamente il Divino in ogni cosa, e al di là di ogni cosa.

Quando le futili e continue richieste della mente si sono zittite, fiorisce il silenzio interiore, che non appassisce nemmeno quando l'asceta parla. Chi gode del silenzio interiore parla al momento appropriato, dice la verità, parla in modo gentile, dice ciò che è utile dire, e parla per amore e compassione.

La prima nobile verità è che bisogna riconoscere l'esistenza della sofferenza. La seconda nobile verità è che la causa della sofferenza è l'ignoranza e l'illusione. La terza nobile verità è che è possibile mettere fine all'ignoranza e all'illusione. La quarta nobile verità è che la strada dell'illuminazione e della consapevolezza porta a raggiungere questa meta.

L'illusione non ha esistenza in sé, è soltanto un modello di pensiero che va trasformato, uno schema di canalizzazione dell'energia che va modificato.

Allora il pensiero diventa realtà, l'energia viene canalizzata nella sua giusta direzione, e l'essere umano diventa realizzato e capace di compiere l'impossibile.

Non è la prosperità e la ricchezza che bisogna combattere, ma l'attaccamento alle idee che la mente ci propone continuamente. L'essere umano può avere il meglio di questa vita e della prossima, se accetta volentieri e con gioia ciò che il divino gli concede e lo assapora senza attaccamento.

Il serpente dell'energia divina presente nel corpo umano è arrotolato su sé stesso e si morde la coda. Il serpente non è il simbolo del male, ma rappresenta la forza universale e ciclica in movimento, dove il vuoto della bocca cerca continuamente il pieno della coda, con un movimento senza fine.

Il serpente cosmico è la spirale della galassia, e allo stesso tempo l'energia vitale che dorme avvolta in tre spire alla base della spina dorsale di ogni essere umano, che agisce sui nervi sacrali, l'elica del codice genetico che contiene tutte le potenzialità del corpo e della mente, potenzialità di cui conosciamo solo una piccola frazione.

L'essere umano non evoluto sperimenta questa energia vitale soprattutto sul piano sessuale, traendone l'estasi materiale che confonde l'intelligenza e toglie energia invece che darla. La stessa energia, incanalata verso l'alto invece che verso il basso, permette di raggiungere l'estasi spirituale che dà energia invece che toglierla, e disperde ogni confusione e ogni illusione.

Questo serpente addormentato è particolarmente sensibile alle influenze lunari, della luna piena, della luna nuova e dell'undicesimo giorno della luna.

In questi giorni è possibile fare grandi progressi utilizzando questa energia, che si muove nel sonno, e risvegliandola, oppure incatenarsi sempre più nei legami dei condizionamenti lasciando che l'energia scivoli verso il basso e verso l'esterno.

La caduta è l'indebolimento dello Spirito, il peccato originale è la decadenza dell'anima che si identifica con il corpo, l'oblio delle proprie origini. Gli dei cadono dal cielo quando la loro memoria si annebbia.

La vita sul livello materiale è un sogno, dal quale bisogna risvegliarsi. Quando siamo risvegliati, il nostro essere non è più maschile o femminile, ma androgino: non ha bisogno di cercare al di fuori di sé, perché contiene già ogni cosa esistente, e trova equilibrio e soddisfazione in sé stesso.

L'essere umano perfetto, che ha portato a compimento tutte le sue facoltà, possiede gli otto poteri mistici: quello di diventare piccolo come un atomo, quello di espandersi senza limiti, quello di diventare estremamente pesante, il potere di diventare leggero come una piuma, la facoltà di conoscere ogni cosa, passata presente e futura, e di poter raggiungere qualsiasi luogo, persino altri pianeti e stelle, il potere di soddisfare tutti i propri desideri e di percepire con chiarezza assoluta qualsiasi oggetto dei sensi, il potere supremo su tutti gli oggetti animati e inanimati, il potere di governare ogni cosa per mezzo del pensiero o della parola.

IL LIBRO DEL RE

Sono stato sovrano e imperatore per mille anni, e ho conosciuto la vittoria e la sconfitta, la pace e la guerra, la ricchezza e la carestia. Ho osservato il mio popolo in tutte le occasioni della vita, ho ascoltato i loro lamenti e la loro esultanza, ho visto la giustizia e l'ingiustizia nel cuore di ogni essere.

Ho studiato diligentemente i trattati dell'arte del governo, le Scritture religiose, le scienze dei saggi antichi, e le ho applicate nelle mie attività quotidiane.

Ora ascoltate, perché vi spiegherò che cosa ho imparato.

Se un governante non è capace di governare sé stesso, provocherà miserie e sofferenze illimitate al suo regno, e il suo nome sarà maledetto per intere generazioni. La propria mente è il campo di battaglia quotidiano in cui si dimostra il vero valore e il vero coraggio.

Il Re deve avere sei Consiglieri: la Prudenza, la Saggezza, il Silenzio, il Coraggio, la Clemenza e l'Integrità.

Il Re ha sei Nemici: l'Orgoglio, la Collera, l'Avidità, la Lussuria, l'Adulazione e la Pigrizia.

Il Re deve avere sei fortezze: il Ministro onesto, la Regina soddisfatta, il Figlio amorevole, il Generale libero dall'ambizione personale, il Tesoro non macchiato dalla rapina, la Capacità di ascoltare.

Il Re deve avere sei eserciti: la Produzione di prosperità e di cibo, il Controllo sulle spese e sulla distribuzione, la Giustizia verso il popolo, la Protezione verso intellettuali e artisti, il Rispetto verso le persone sane, la Determinazione e la perseveranza nelle difficoltà.

Il Re è il custode della virtù del suo popolo: gli spetta una parte importante di merito per tutto ciò che viene fatto di bene, e una parte di colpa per tutto ciò che viene fatto di male nel suo regno.

Il Re deve conoscere la natura, le tendenze e le capacità di ogni persona del suo regno, direttamente o attraverso i suoi ministri fidati. Ogni persona deve essere impegnata nel modo più adatto alle sue qualità e alle sue tendenze, in modo che in quanto parte del corpo sociale abbia una vita sana e soddisfacente, senza creare malessere nel corpo intero. La salute di un organismo dipende dall'armonia delle sue parti. Il corpo non può funzionare bene se una parte o l'altra soffre. Il corpo intero viene in soccorso della parte sofferente, con grande sollecitudine, perché ogni parte sa che il benessere e la soddisfazione di ogni parte dell'organismo contribuisce al benessere e alla soddisfazione del corpo intero.

Ogni parte si deve prendere cura di ogni altra parte, nel modo più adatto. E' sciocco pensare che i piedi non siano importanti, o che la testa debba arrangiarsi da sola a trovare il nutrimento per sopravvivere.

E' sciocco pensare che lo stomaco possa funzionare bene senza risorse fornite dalle mani, o che le braccia possano agire senza l'assistenza della testa. La testa possiede occhi, orecchie, cervello e bocca: vede, ascolta, pensa e parla. Gli occhi sono due, le orecchie sono due, mentre la bocca è una sola: la testa deve osservare e ascoltare il doppio di quanto parla.

Il cervello è composto da due emisferi, uno maschile e uno femminile: la testa della società deve essere equilibrata e rispettare tutte le necessità del corpo sociale, anche quelle della sfera emotiva ed eterea.

La testa contiene molte ghiandole che stimolano il corpo a reagire ai pericoli e alle infezioni: la testa sociale deve interagire con tutto il resto del corpo, e non chiudersi in una torre d'avorio a costruire castelli in aria senza contatto con la realtà quotidiana e con i problemi della società.

Ogni individuo deve concentrarsi sui propri doveri senza perdere tempo a occuparsi dei doveri altrui. E' meglio fallire o morire compiendo il proprio dovere piuttosto che occuparsi del dovere di un altro, anche se perfettamente.

Ora ascoltate come distinguere i tipi fondamentali di persone, e come ciascuna categoria deve essere impegnata in modo diverso.

Gli intellettuali sono la testa del corpo sociale. La testa ha la funzione di parlare e di pensare, e il nutrimento passa attraverso di lei.

Gli intellettuali sono interessati alla conoscenza e al miglioramento del mondo. E' possibile convincere un intellettuale usando la logica e il ragionamento. Gli intellettuali non sono interessati a combattere, e non dovrebbero mai dipendere finanziariamente da nessuno, altrimenti potrebbero essere ricattati e perdere la loro pulizia morale.

Lo Stato dovrebbe fornire una pensione a tutti gli intellettuali di valore e permettere loro di dedicarsi con tranquillità al loro studio, alle loro ricerche e al loro insegnamento senza dover usare tempo ed energie per sopravvivere.

Devono essere incoraggiati a sviluppare qualità morali, tranquillità, controllo di sé, pulizia, tolleranza, onestà. Uno scienziato, uno scrittore, un maestro o un sacerdote che mancano di queste doti creano disturbi nel corpo sociale.

Gli amministratori e i difensori della società sono interessati al buon funzionamento del corpo sociale e alla giustizia. Sono come le braccia e le mani del corpo sociale, che difendono il corpo intero e lo mettono in condizione di lavorare adeguatamente.

E' possibile convincere una persona di questa categoria offrendole una posizione di responsabilità in cui può agire liberamente per organizzare e guidare il lavoro altrui.

Non fuggono davanti al nemico e sono pieni di risorse anche nei momenti più difficili. Devono essere incoraggiati a sviluppare coraggio, potenza, saggezza, temperanza, determinazione, generosità e capacità di dare l'esempio. Devono lavorare duramente ed essere sempre disponibili per tutti.

Le persone che hanno delle capacità specifiche per il commercio, la produzione, l'industria e l'organizzazione dei servizi costituiscono lo stomaco del corpo sociale. E' possibile convincere una persona di questa categoria offrendole dei benefici pratici e dei vantaggi per il suo lavoro.

Sono capaci di far fruttare le risorse naturali modificandole a seconda delle necessità globali: la terra, i carburanti, i prodotti agricoli, i minerali, e tutto ciò che il nostro pianeta ha da offrire ai suoi figli. Gli agricoltori hanno il dovere di proteggere gli animali che vivono nel territorio del quale sono incaricati, e di prendersi cura di lavoranti e animali nel modo migliore possibile.

Devono essere incoraggiati a sviluppare generosità, compassione, onestà, laboriosità, intraprendenza. Devono ottenere dallo Stato degli aiuti a basso interesse per iniziare la loro attività, ma devono pagare delle tasse eque per nutrire adeguatamente il corpo sociale e investire i loro capitali per lo sviluppo generale del corpo sociale.

Avranno degli sgravi fiscali sull'apertura di nuove attività e sulla creazione di posti di lavoro per operai, manovali e braccianti, sulla costruzione di abitazioni popolari, sul mecenatismo per le arti e la cultura, sulla conservazione dell'ambiente naturale, sulla promozione della salute e della crescita individuale.

Gli operai, i manovali, i braccianti, e tutte le persone che si guadagnano da vivere prestando servizio ad altri sono considerati le gambe del corpo sociale, che permettono alla società intera di progredire. Non sono capaci di organizzarsi da soli, e se non hanno un datore di lavoro languiscono e soffrono. Non sono capaci di far soldi, e appena hanno dei soldi in mano tendono a sperperarli in cose inutili e dannose.

Lo Stato dovrebbe provvedere loro degli alloggi, istruzione elementare obbligatoria e secondaria agevolata, adeguati divertimenti e spacci di alimentari e di altri prodotti a prezzi molto contenuti, oppure gratuiti con un tesseramento equo per cui provvedere alle necessità della famiglia. Tutte le persone di questa categoria devono avere la garanzia di un posto di lavoro presso commercianti, produttori, industriali, imprenditori di vario genere, ma la loro retribuzione in denaro dovrà essere minima e valutata liberamente dal datore di lavoro sulla base dell'effettivo rendimento dell'individuo. Tutte le persone che non sono effettivamente in grado di lavorare devono essere mantenute equamente dallo Stato e incoraggiate a dedicarsi ad attività part-time o ad attività artistiche. Le persone di questa categoria hanno bisogno di riconoscimenti e onori per le loro capacità lavorative, ancora più di quanto abbiano bisogno di denaro, e devono essere incoraggiate nel loro orgoglio per il buon lavoro che fanno.

Le donne non sono una categoria a sé più di quanto non lo siano gli uomini. Ogni persona dev'essere valutata attentamente sulla base di ciò che ha dimostrato di saper fare, e tutti devono essere incoraggiati a fare di meglio con opportunità adeguate alle loro tendenze e ai loro desideri.

Le limitazioni stabilite dal corpo possono essere meno importanti di quelle stabilite dalla mente e dal desiderio. Anche uno storpio può valicare le montagne, se ne ha un desiderio sufficiente. Così una fanciulla può maneggiare la spada e un uomo grande e grosso essere incapace di difendersi.

Non giudicate mai solo in base alle apparenze esteriori, perché in questo mondo è difficile non ingannarsi basandosi sulle apparenze. Un santo non si riconosce dall'abito né un saggio dalla statura o dall'età. Un valoroso non si riconosce dal blasone, né un nobile dai modi affettati. Una persona capace non si riconosce dalle chiacchiere, né una persona stupida dall'aspetto.

Coloro che sono stati a lungo tempo oppressi hanno bisogno di sfogare le loro emozioni e trovare gradualmente la strada verso l'integrazione di sé stessi. Gli oppressi sono i peggiori nemici degli oppressi. Ogni persona deve essere aiutata a trovare la stima di sé, l'indipendenza emotiva, la motivazione spirituale per agire, uscendo dai modelli soliti che creano assuefazione e sofferenza senza fine. G

li oppressi devono essere educati a non accettare un trattamento inaccettabile in silenzio, nella sofferenza o nel lamento, senza agire efficacemente per sottrarsi all'ingiustizia e all'oppressione. L'oppresso che si rende complice dell'oppressione, propria o altrui, attivamente o passivamente, è una cellula malata nel corpo sociale che dev'essere guarita per evitare guai peggiori.

I sudditi devono essere liberati dalla paura, devono imparare a soddisfare le proprie esigenze in modo civile, rispettabile e regolato, devono imparare a conoscere i propri limiti e quelli degli altri, a prendere le loro decisioni e a scegliere di cambiare quando è necessario, devono sviluppare fiducia in sé stessi, tolleranza verso le proprie lacune e verso quelle degli altri, desiderio sincero di applicarsi per migliorare. Il Re non deve approfittare del facile strumento del senso di colpa per dominare e schiavizzare i sudditi, né della paura e dell'ignoranza per mettere zizzania tra i sudditi per meglio controllarli.

Governare sé stessi è la cosa più difficile e più importante. Chi non sa governare sé stesso non può fare che guai. Chi impara a governare sé stesso può governare qualsiasi cosa. La vita personale di ogni individuo è più preziosa di un regno. Ogni essere umano è il re della propria vita e del proprio mondo.

Governare sé stessi significa conoscere il proprio dovere, conoscere le proprie condizioni, lavorare con pazienza e determinazione, e correggere costantemente gli errori. Così il governo di qualsiasi altra cosa -- da una piccola casa fino all'impero più grande - si basa

sugli stessi principi: conoscere il dovere di ogni suddito e l'uso di ogni risorsa e di ogni oggetto, conoscere le condizioni di ogni cosa, lavorare con pazienza e determinazione, e correggere costantemente gli errori.

La vita è una cosa preziosa che potrebbe finire in qualsiasi momento, e ciò che abbiamo si può perdere in qualsiasi momento. Il tempo della nostra vita è limitato, e non dobbiamo sprecarlo. E' necessario avere le idee chiare prima di passare all'azione: anche se questo richiede del tempo per l'analisi della situazione e la riflessione, è tempo ben speso.

Ogni mattina e ogni sera fermatevi a pensare chi siete, dove state andando, che cosa desiderate dalla vita.

Fate delle liste, mettete per iscritto ciò che dovete fare, ciò che desiderate fare, i problemi che dovete affrontare, le risorse di cui disponete, le priorità che assegnate alle cose.

Forse quello che desiderate oggi non sarà ancora il vostro desiderio di domani, ma è necessario che approfondiate sinceramente la validità del desiderio di oggi e che tentiate di realizzarlo.

La maggior parte della gente si limita a fantasticare per la prima metà della vita e a rimpiangere per l'altra metà della vita, dedicandosi nel frattempo a una serie di cose che non ama fare e che la fanno sentire frustrata e depressa.

Una persona frustrata e depressa non è sana e non è utile al corpo sociale e nemmeno a sé stessa.

Tutti attraversano delle crisi di frustrazione e depressione nei momenti di passaggio e di scelta, ma passarci la vita intera, o la maggior parte della vita, è una situazione morbosa: a tutti capita di prendere un raffreddore ogni tanto, ma passare tutto l'anno con la goccia al naso, la tosse e il catarro non è certo una cosa normale.

Quando avete stabilito con voi stessi che cosa volete fare nella vita, fate un piano di lavoro e una strategia che vi permetta di realizzare il vostro desiderio. Cercate di capire quali sono i passi necessari, le fasi da attraversare, i requisiti da sviluppare, i compiti da svolgere per raggiungere gradualmente il vostro obiettivo.

Non abbiate paura di lavorare sodo o di immergervi in una situazione ripetitiva: se questo è veramente il vostro scopo nella vita, la vostra missione, il lavoro e la routine saranno fonte di continua soddisfazione.

Salutate ogni nuovo giorno come una nuova opportunità di sviluppo, e ogni sera come una nuova opportunità di revisione della vostra situazione. Attraversate la giornata con consapevolezza ed entusiasmo, creando un ambiente gradevole, pulito e stimolante, e incoraggiate le persone che vi stanno attorno con affetto, apprezzamento, disponibilità.

Se le cose non vanno come vi aspettavate, non entrate in ansietà: capita di avere dei momenti difficili, che possono durare anche a lungo. Provate un approccio diverso, chiedete aiuto. Comunicate con le persone che vi stanno intorno, trovate un sistema per

rilassarvi e rinfrescare le energie per poi tornare ad affrontare i problemi con maggiore pazienza, determinazione ed entusiasmo.

Noi siamo quello che continuiamo a fare. La perfezione non è dunque un'azione ma un'abitudine. Innanzitutto dobbiamo avere una chiara conoscenza di cosa stiamo facendo e del perché lo stiamo facendo. Dobbiamo avere il desiderio di farlo, e sviluppare le capacità necessarie. Tutto ciò viene sostenuto dalle abitudini.

Se non facciamo un'abitudine della consapevolezza, del desiderio e del lavoro per sviluppare le capacità e migliorarle, non potremo conquistare il successo. Non biasimate gli altri per ciò che vi capita: siete voi che avete agito - o mancato di agire - per cacciarvi in quella situazione, e siete sempre voi che potete tirarvene fuori - o rinunciare a tirarvene fuori.

Non sottovalutate i messaggi che vi vengono inviati.

Né quelli che provengono dai vostri ministri, né quelli che provengono dai vostri informatori, né quelli che provengono dal popolo.

Non sottovalutate nemmeno i messaggi che provengono dalla vostra famiglia, dal vostro corpo e dalla vostra mente.

Chi agisce in questo modo si sta dirigendo di gran corsa verso un precipizio.

Non abbiate timore di lavorare pazientemente a ricostruire le relazioni rovinate: ogni ponte, ogni stazione di posta è importante per il vostro progresso. Non tutte le relazioni hanno la stessa importanza, e alcune dovranno essere abbandonate perché troppo difficili da tenere e non abbastanza utili per la vostra crescita, specialmente se gli alleati non hanno interessi in comune.

Alcune cose saranno importanti e urgenti, altre cose saranno non importanti ma urgenti, altre cose saranno importanti e non urgenti, altre cose saranno non importanti e non urgenti: l'intelligenza sta nel mantenere equilibrio e grazia nella danza tra tutti questi punti.

Le cose importanti e urgenti sono le situazioni di emergenza, i problemi improvvisi e gravi, le scadenze che dovete rispettare: queste cose devono essere risolte per prime, per il bene del regno e della vostra stessa vita. Chi trascura queste cose non merita di avere alcun successo.

Le cose non importanti ma urgenti sono le interruzioni nel vostro lavoro quotidiano, persone che vogliono udienza, le questioni sociali e di etichetta, le consultazioni di ministri che hanno dei problemi insolubili, le piccole difficoltà della famiglia e dei servitori. Trascurare queste cose è una questione di scelta a seconda delle circostanze, ma non si può trascurarle sempre.

Le cose importanti e non urgenti rischiano di essere sempre lasciate per ultime, e questo non deve accadere.

Sono la prevenzione delle malattie, dei guai, della corruzione e del malgoverno, la ricerca di nuove opportunità e di modi di sviluppo della prosperità del regno, la cura delle

relazioni con le persone, la pianificazione del lavoro, l'esame della situazione passo per passo e delle prospettive future, il tempo necessario per rilassarsi e per ricostruire le energie, l'addestramento dei collaboratori e l'insegnamento ai sudditi affinché tutti possano diventare capaci di fare un buon lavoro in modo autosufficiente, lo sviluppo delle comunicazioni e degli scambi per mantenere la visione della realtà.

Le cose non importanti e non urgenti sono le cose banali e le attività piacevoli e divertenti che fanno perdere tempo, le lunghe udienze con persone sciocche e vacue, le attività fatte solo per compiacere gli altri e la propria vanità, le imprese che non hanno speranza di riuscita, le imprese al di là della nostra portata.

Queste cose risucchiano l'energia e non danno nulla in cambio: sono sanguisughe e parassiti, che sperperano il valore della vita e il denaro dello Stato. Producono frustrazione, delusione, scontento nel popolo e nei ministri, e fallimento nelle imprese importanti. Producono crisi ed emergenze difficili da affrontare, consumano la disciplina e l'energia, la giusta visione e la giusta prospettiva.

Quando avrai bisogno del sostegno del popolo e dei ministri, essi ti abbandoneranno e si rivolgeranno a qualcun altro che ti scaccerà dalla tua posizione e s'impadronirà del trono, gettando il paese nella confusione e nello sgomento.

Un buon governante deve imparare a dire di no quando è necessario, a delegare quello che è necessario delegare, a persone competenti e sagge che devono essere lasciate libere di decidere nel loro lavoro.

Un buon governante deve imparare a dirigere i suoi collaboratori in modo che comunicazione e sinergia moltiplichino il successo e la prosperità, che la creatività e l'intelligenza risolvano i problemi in modo entusiasmante e progressivo, rispettando le differenze tra le persone e le loro esigenze.

Fiducia e collaborazione devono essere alla base dell'amministrazione dello Stato; la corruzione non deve avere nessuno spazio per crescere e prosperare.

La vittoria in pubblico non è più importante della vittoria in privato, e la vittoria in privato non è più importante della vittoria in pubblico. Il vero vincitore è colui che vince se stesso.

Il piano fisico è la base del potere nel governo: chi trascura il proprio corpo e la propria mente non può usarle nel momento appropriato per difendere il popolo. Il nutrimento, l'esercizio, il riposo, lo svago e l'equilibrio mentale devono essere rispettati, perché il corpo e la mente sono il veicolo e l'arma con la quale possiamo combattere.

A che servono armi e armature se il corpo non è in grado di reggerle? A che servono ministri saggi se la mente del re non è chiara e limpida?

Il piano intellettuale richiede un lavoro costante: pianificare, visualizzare, leggere, scrivere, studiare, ricercare, paragonare, riassumere, generalizzare, applicare i concetti a situazioni diverse, tutto ciò è necessario ogni giorno.

Non affidatevi eccessivamente ai ministri per questo lavoro: se non lo eseguirete voi stessi, insieme a loro e prima di loro, essi non vi rispetteranno e non vi ammireranno. Un ministro che non rispetta e non ammira il suo sovrano è un'arma estremamente pericolosa, che può facilmente rivolgersi contro la mano che la dirige.

Il piano sociale è l'immagine pubblica del governo, e deve essere rispettata nei tempi e nei luoghi prescritti. Il servizio al popolo dev'essere una cosa tangibile, visibile, un legame stretto e affettuoso che deve portare il popolo a considerare il sovrano come il padre della nazione.

Il governante deve essere sempre presente sulla linea del fronte, sia quando i nemici attaccano la nazione sia quando una calamità si abbatte sul popolo. Deve lavorare insieme con gli altri e dimostrare il suo impegno, trascurando i propri interessi personali per servire l'interesse del popolo.

Il rispetto deve essere spontaneo e sgorgare dal cuore del popolo: il rispetto non può mai essere imposto con la forza o con la costrizione, perché tale rispetto sarebbe artificiale come l'attaccare ali di cigno al corpo di un asino. Quell'asino potrà ingannare gli sciocchi e i vanitosi, ma non potrà mai volare.

Il piano spirituale è il fondamento di ogni azione e ogni scelta. Il sovrano deve essere un'anima realizzata, sostenuta dalla profonda comprensione delle leggi del Creato.

Deve aver ben chiari i valori della vita e seguirli praticamente nella sua vita privata e pubblica. Questo non significa che il sovrano deve appartenere a una determinata religione o tradizione religiosa o comunità religiosa, anzi, dovrebbe considerare equanimente tutte le strade religiose e proteggerle con altrettanto zelo e altrettanta sincerità.

Quando tradizione religiosa (o istituzioni religiose) e politica viaggiano sullo stesso carro, i viaggiatori pensano che niente li possa fermare. Vanno sempre più rapidi, rapidi, rapidi, non pensano agli ostacoli e si dimenticano che un precipizio si rivela sempre troppo tardi. Non si può evitare l'influenza della politica in seno a una religione ortodossa, perché la lotta per il potere permea l'educazione, l'addestramento e la disciplina di una comunità ortodossa. A causa di questa pressione, i capi di una simile comunità devono affrontare inevitabilmente l'ultimo dilemma interiore: soccombere al più completo opportunismo per conservare il loro potere, o rischiare di sacrificare se stessi nel nome dell'etica ortodossa.

Quando la legge e il dovere sono una cosa sola, unita dalla religione, noi perdiamo un po' della nostra consapevolezza. Non siamo più pienamente coscienti, non siamo più individui completi.

Il sovrano non deve mai cadere in questa trappola, ma rimanere impegnato al livello superiore della vita spirituale, dove sono visibili i principi della religione, e non soltanto i loro corollari.

Il governante deve stabilire quali sono i limiti del potere delle religioni ortodosse e lasciare che essi vengano applicati all'interno della comunità religiosa, proteggendo allo stesso tempo coloro che vi si vogliono sottrarre, perché ne hanno percepito e realizzato i limiti intrinseci.

Il sovrano non deve mai montare sul carro di un'organizzazione religiosa, perché non sa dove questa può portarlo. Il vero sovrano deve proteggere tutti i principi religiosi di tutto il popolo, e non soltanto di una parte di esso.

Un mondo si sostiene su quattro cose: l'erudizione del saggio, la giustizia del grande, le preghiere del giusto e il valore del coraggioso. Ma tutto questo non è nulla senza un condottiero che conosca l'arte del governare.

L'arte del governare è quello che sostiene il popolo intero e i suoi principi religiosi.

Se il sovrano è un incapace o uno sciocco, una persona avida o collerica, i principi religiosi del suo popolo saranno distrutti.

Che cosa disprezzi? E' da questo che ti si conosce veramente. Disprezza solo la meschinità, l'egoismo, la codardia, la menzogna, che si vestono da imperatore e da governante. Vinci questi nemici prima in te e poi negli altri.

Voi che desiderate governare con saggezza e giustizia, scegliete le cose che sono più importanti per voi, e quelle che hanno bisogno di essere curate prima delle altre.

Non trascurate le cose che sembrano poter aspettare, e accettate come realtà di fatto le cose che esulano dalla vostra capacità di soluzione.

Quando iniziate un'impresa, cercate di avere un'idea chiara su dove volete andare a finire, ma non rimanetevi attaccati, perché la vita agisce continuamente portandoci sul suo fiume, e il paesaggio può cambiare.

State attenti al paesaggio, alla corrente, ai tronchi che galleggiano attorno a voi, ai rami bassi degli alberi sulla riva, alle secche, al rumore delle cascate, agli alberi da frutta che crescono vicino al fiume.

In questo mondo noi osserviamo le cose attraverso la lente delle nostre convinzioni e delle nostre aspettative.

Dobbiamo imparare a guardare non solo il mondo, ma anche la lente, per comprendere quali sono gli ostacoli alla giusta visione.

L'etica ci deve far comprendere il mondo e la realtà in modo distaccato dai nostri desideri, e amare le cose per quello che sono e non per quello che vorremmo che fossero.

L'esempio che diamo con la nostra vita, i nostri valori, il nostro atteggiamento e il nostro comportamento è più potente di migliaia di editti e di leggi, e nessun corpo di polizia sarà altrettanto efficace.

La giustizia, l'integrità, l'onestà, il rispetto per la dignità umana, il saper riconoscere e coltivare il potenziale, la crescita, la pazienza, l'incoraggiamento e la comprensione sono le armi più importanti per proteggere il regno.

Nessun regno potrà soccombere ai nemici esterni se i suoi abitanti sono felici e uniti tra loro. Sono i nemici interni che demoliscono velocemente il regno e ne minano le stesse basi.

Voi che desiderate diventare grandi, sappiate che la grandezza è un'esperienza transitoria. Ed è inconsistente, legata com'è all'immaginazione umana che crea i miti. La vera grandezza è la grandezza interiore, una grandezza che nulla e nessuno può demolire, che rimane imperturbata di fronte alla calunnia e alle avversità, di fronte al tradimento e alla sfida.

Uno non è grande perché viene acclamato dagli altri e perché le folle si accalcano sotto il suo balcone. Se vi accadrà che la grandezza del vostro animo susciti l'ammirazione e l'acclamazione delle folle, sappiate che la persona che sperimenta la grandezza deve percepire il mito che la circonda.

Deve pensare a quanto è proiettato su di lei, e mostrarsi fortemente incline all'ironia. Questo le impedirà di credere anch'essa a quello che le viene attribuito dal popolo. L'ironia le consentirà di agire indipendentemente da se stessa.

Se invece non possiede questa qualità, anche una grandezza occasionale può distruggerla.

Non crediate mai che questo vostro corpo possa essere immortale: tenete sempre un piano d'emergenza nel caso che la vostra vita si concluda improvvisamente. Il vostro erede sarà allenato a sostituirvi in ogni circostanza, affinché nel momento del dovere sappia comportarsi in modo adeguato.

Lo sorveglierete affettuosamente, senza calcare la mano, perché sappia che ciò che riceve, lo riceve da voi.

Non dimenticate mai che siete fatti di polvere e d'argilla come tutti gli altri esseri, che siete fatti di luce e potenza come tutti gli altri esseri. Rispettate il divino che siede nel cuore di ogni essere vivente, e dipendete dalla misericordia del Signore per svolgere bene il vostro dovere.

Chi seguirà sinceramente i miei insegnamenti otterrà le benedizioni di tutte le grandi personalità dell'universo, e il suo regno sarà stabilito nella pace e nel diritto.

Al termine della sua vita, quando lascerà le redini dello Stato nelle mani della persona più degna e qualificata, si addormenterà in pace: attorno a lui saranno popoli felici.

GLI INSEGNAMENTI DEL GUARITORE

Medicina è ciò che tratta gli squilibri del corpo,
medicina è ciò che tratta gli squilibri della mente,
medicina è ciò che previene la malattia,
medicina è ciò che promuove l'immortalità.

La medicina è in te, e non la usi,
la malattia viene da te stesso, e non te ne accorgi.

E' necessario superare la dicotomia tra materia e spirito. Soltanto prendendosi cura del proprio veicolo mortale l'essere umano arriva alla realizzazione delle sue più alte potenzialità. Non è vero che la materia si oppone allo spirito, e che se cerchiamo lo spirito, dobbiamo rifiutare la materia.

Materia e spirito sono due energie che provengono dalla stessa Fonte e devono essere impiegate ugualmente per servire questa Fonte suprema.

Tutto ciò che emana dalla Fonte suprema è buono e degno, e può essere utilizzato da noi, Suoi figli, nel modo adeguato, spiegato dai saggi.

Ogni cosa ha il suo uso specifico, e se viene usata bene, è di aiuto e beneficio nel servizio alla Fonte suprema di ogni vita e di ogni energia.

Ama e ascolta ogni cosa che ti circonda, la terra che ti sostiene e ti nutre, il cielo che ti ha generato, e tutto ciò che in essi si trova. Ama i tuoi compagni di viaggio, comprendili e collabora con loro, ma non dipendere da nessuno.

Soprattutto, ama te stesso. Se ami te stesso, il tuo corpo, la tua mente, potrai amare gli altri. Sii il tuo migliore amico. Prenditi cura dei tuoi bisogni fisici, emozionali, spirituali.

Accetta te stesso così come sei e considera tutto ciò che ti arriva come un'opportunità per crescere e per imparare.

Gli antichi insegnano che quando si cade a terra, bisogna risollevarsi con l'aiuto della terra. Il corpo materiale è il nostro limite e allo stesso tempo lo strumento per superare i nostri limiti. C

io che può creare malattia, se usato scientificamente, può guarire la malattia stessa. I veleni possono essere sottoposti a trattamenti scientifici e diventare elisir.

Chi realizza la verità del corpo può arrivare a comprendere la realtà dell'universo e dello spirito.

La causa prima, sottile, della malattia è l'inconsapevole tentativo di punizione che noi infliggiamo a noi stessi perché abbiamo l'impressione di aver tradito la vera missione della nostra vita: questo accade a livello subconscio, anche quando siamo convinti di essere persone di successo.

Chi è veramente felice e realizzato, e si sta dedicando con armonia alla sua missione difficilmente si ammala; la gioia e l'amore rinforzano le difese dell'organismo e lo difendono contro ogni aggressione esterna.

Esistono due tipi di malattia: quella che possiamo guarire e quella che non possiamo guarire. Quella che possiamo guarire ha lo scopo di svegliarci da una condizione di mancanza di consapevolezza e amore verso noi stessi e la Vita.

Quella che non possiamo guarire è il traghetto che ci deve portare sull'altra riva di questo mare, e nonostante tutti i nostri sforzi non potrà essere vinta.

Il nostro Sé è perfettamente cosciente che questo corpo che abbiamo è uno strumento, e dev'essere usato per lo sviluppo spirituale e il compimento della nostra missione.

Quando la nostra missione è terminata, abbandoniamo il corpo così come un viaggiatore abbandona un veicolo una volta arrivato a destinazione.

In un caso come nell'altro, abbiamo il dovere di prenderci cura del veicolo che ci è stato affidato e farlo funzionare nel modo migliore possibile, affinché la nostra missione venga compiuta nei modi e nei tempi migliori.

Il tuo corpo e la tua mente ti sono stati dati per uno scopo specifico. Non li usare male, non li trascurare sciocamente pensando di doverti occupare di cose più importanti.

Se ti prendi cura bene del tuo corpo e della tua mente, essi ti serviranno bene, ma se li maltratti e li trascuri, stai distruggendo dei beni preziosi che ti sono stati affidati in prestito e dei quali dovrai rendere conto.

Mente, emozioni e corpo sono veicoli e strumenti della tua essenza, e sono preziosi per eseguire la tua missione sulla terra. Non sottovalutarli mai.

Affrettati sempre a combattere i tre grandi nemici divoratori: la malattia, il fuoco, i debiti. Questi tre grandi divoratori si nutrono di se stessi e ad ogni giorno e ogni minuto che passa diventano sempre più forti e distruggono sempre più velocemente i tuoi beni.

Non aspettare nemmeno un minuto a combattere queste tre calamità, perché il tempo è prezioso.

Sappi che nessuno meglio di te può guarirti.

Se tu non diventi il protagonista della tua guarigione, nessun trattamento, nessun luminare della medicina potrà esserti di giovamento in modo sostanziale.

Sii dunque il medico di te stesso, innanzitutto, e considera l'opera del medico come una terapia di sostegno alla vera terapia principale, che è la tua consapevolezza della salute.

La malattia è una disfunzione del corpo e della mente che suona un campanello d'allarme

per avvertirci che stiamo sbagliando in qualche modo. Limitarsi a soffocare i sintomi della malattia senza cercarne le cause e risolvere il problema alla radice è un grave errore, perché corpo e mente si assestano su un equilibrio insano per sopportare le condizioni dannose, e in seguito sarà più difficile ristabilire l'equilibrio corretto.

Per vincere la malattia e ristabilire l'equilibrio della salute, è necessario comprenderla e accettarla. Senza accettazione non è possibile lasciar andare.

Se neghi l'esistenza del problema non potrai mai risolverlo. Accetta dunque il tuo problema, guardalo in faccia, lascia che ti comunichi il suo messaggio, e poi lascialo andare.

Esistono molte tecniche di guarigione naturali: la nostra Madre ci ha dato l'acqua, l'aria, la terra, il sole, la luna, le piante medicinali, il miele e molti altri rimedi, ma il rimedio migliore è la prevenzione.

Ogni malattia nasce da tre fattori: l'alimentazione, le abitudini di vita, la condizione mentale.

Se la tua alimentazione è ottimale, le tue abitudini di vita sono sane e la tua condizione mentale è positiva, qualunque malattia diventerà facile da sconfiggere, anzi, la salute diventerà il tuo stato normale di esistenza.

Ora ascolta bene i consigli degli antichi saggi, e fanne tesoro per avere una vita più ricca e più sana, in cui coltivare la consapevolezza dello spirito diventa più facile e gioioso.

Mangia solo quando hai veramente fame.

Spesso le persone mangiano per abitudine o per frustrazione, per golosità o per compagnia.

Se mangi quando ancora non hai digerito il pasto precedente, quel cibo marcirà nel tuo stomaco senza essere appropriatamente digerito, e ne nasceranno disagio e malattia. Ascolta attentamente il tuo corpo, impara a dargli fiducia e a ricevere con amore e rispetto i suoi messaggi.

Mangia quando il tuo corpo ti dice di mangiare, digiuna quando il tuo corpo ti dice di digiunare. Il tuo corpo sa quello di cui hai bisogno. Non lasciare che gli occhi e la lingua decidano per tutto il corpo! Non lasciarti convincere da nessun altro a mangiare ciò che il tuo corpo ti dice di non mangiare (o bere, o fumare, e così via).

Non mangiare per far piacere a tua madre o per vendicarti di lei! Non forzare nessuno a mangiare, non impedire a nessuno di mangiare quando ha fame.

Fermati quando senti che il tuo stomaco è soddisfatto, non aspettare che cominci a soffrire. Di solito il primo rutto è il segnale che ti manda lo stomaco per dirti che ne ha abbastanza.

Nutriti di acqua pulita.

Il tuo corpo è costituito soprattutto da acqua. Il tuo pianeta è costituito soprattutto da acqua. Il tuo cibo è costituito soprattutto da acqua. L'acqua è la base della realtà di questo pianeta, e quindi rappresenta l'esigenza principale per il nostro genere umano. Bevi acqua pulita come nutrimento per il tuo corpo e per la tua mente, ma non durante o dopo i pasti. Se necessario, bevi durante il pasto, ma solo una quantità minima di acqua o liquido, per non diluire i succhi gastrici.

Bevi a volontà mezz'ora prima dei pasti o a digiuno. Se bevi a digiuno, appena sveglio, l'acqua sarà la tua migliore medicina. Se puoi bere acqua calda o tiepida, con un cucchiaino di miele e il succo di mezzo limone, il tuo corpo te ne sarà grato.

Mangia solo ciò che è adatto al tuo corpo e alla tua mente.

I cibi freschi, coltivati nella zona, nutrienti, non-violenti, puliti e sani sono la migliore medicina per mantenere o ritrovare la salute.

Che il tuo cibo sia la tua medicina, e che la tua medicina sia il tuo cibo. Frutta, verdure, fiori, bacche, semi, cereali, legumi, miele, latte di animali felici, sono più che sufficienti per nutrire bene il tuo corpo e la tua mente.

Si possono realizzare migliaia e migliaia di ricette sane, gustose e nutrienti, combinando saggiamente tra loro questi ingredienti. Lascia la carne, il pesce e le uova agli animali predatori, che vivono di rapina e di violenza: tu diventerai ciò che mangi. Se trasformi il tuo stomaco in un cimitero di animali, che cosa succederà al tuo corpo? Se ti nutri di morte, che cosa diventerai?

I cibi piacevoli fin dal primo assaggio, succosi, nutrienti, equilibrati e sani, che purificano il corpo e soddisfano la mente, che danno salute, energia e felicità sono i cibi migliori. I cibi troppo amari, acidi, salati, dolci, piccanti, pungenti, secchi e troppo caldi o troppo freddi devono essere evitati perché causano squilibrio nel corpo. I cibi vecchi, puzzolenti, privi di sapore, decomposti e putridi, provenienti da luoghi sporchi e contaminati, sono pericolosi sia per il corpo che per la mente.

Alcuni cibi facili da digerire se presi separatamente possono creare problemi se mangiati insieme o nell'ordine sbagliato.

La frutta, gli ortaggi a frutto consumati crudi e le cose dolci si possono digerire bene da soli, ma diventano pesanti e indigesti alla fine di un pasto. Specialmente il melone e il cocomero, se consumati alla fine di un pasto ricco, risultano particolarmente pesanti.

Il latte non è una bevanda ma un cibo: non berlo durante i pasti come se fosse acqua, e soprattutto evita di bere latte freddo, che è molto più difficile da digerire e può provocare irritazione all'intestino. Lo yogurt dolce e il latte freddo raffreddano il corpo e accrescono la produzione di muco nell'organismo: evitali d'inverno se vuoi superare velocemente le infreddature. Se vuoi bere del latte, bevilo la sera prima di andare a dormire, e più caldo possibile, senza accompagnarlo con altri cibi.

Evita le sostanze stimolanti come caffè e tè, che producono assuefazione all'organismo, e usa caffè di cereali e tisane.

Mangia il tuo cibo con rispetto, semplicità e amore.

La Divina Provvidenza ti permette ogni giorno di procurarti il cibo con il lavoro delle tue mani e del tuo cervello, ravviva il fuoco nel tuo stomaco perché tu possa digerirlo, ti concede l'acutezza dei sensi per gustarlo e assaporarlo. Accetta con rispetto e amore il cibo che la Provvidenza ti ha mandato, e ringrazia il Signore per il Suo dono.

Non sentirti in colpa per ciò che mangi, anche se ciò che stai mangiando è in contraddizione con le tue convinzioni mentali o con le tue normali abitudini. Godi di ciò che mangi e gustalo con gioia e non prendere troppo sul serio le regole, anche quelle che tu stesso ti sei imposto per il tuo bene.

Quando fai un errore o manchi ai tuoi propositi, considera la cosa come una nuova lezione per capire come arrivare meglio alla tua alimentazione ideale, e non sentirti in colpa. Il senso di colpa non è affatto una buona medicina per la salute.

Non cercare nel cibo il sostituto della felicità e della pace. Non devi vivere per mangiare, ma mangiare per vivere. Mangia ad orari regolari, e lascia almeno due ore di tempo allo stomaco per digerire prima di andare a letto.

Dopo pranzo stenditi quindici minuti sul fianco sinistro, senza dormire, e dopo cena fai una passeggiata di qualche minuto.

Dai al cibo che mangi la giusta importanza: non fare del tuo stomaco la pattumiera da riempire con qualsiasi cosa per tenerla tranquilla. Mangia di meno, ma mangia meglio.

Respira

L'aria è il tuo cibo principale. Se non respiri adeguatamente, profondamente, in modo consapevole e rilassato, non potrai assumere il nutrimento della vita nel modo in cui è stato progettato per il tuo corpo e per la tua mente.

L'ossigeno contenuto nell'aria e la forza vitale contenuta nell'aria energizzano il tuo sangue e gli permettono di bruciare il cibo nel modo migliore. La tua digestione migliorerà, le idee si schiariranno, la tua energia sarà moltiplicata.

Inspira profondamente, e quando ti sembra di aver riempito i polmoni, inspira ancora un po' di più. Espira profondamente, e quando ti sembra di averli svuotati, butta fuori l'aria che ci è rimasta dentro.

Con la pratica, il tuo respiro diventerà profondo e lento. Il ritmo ideale della respirazione dovrebbe essere di 15 - 20 respirazioni al minuto; in periodi limitati si può rallentare ulteriormente e approfondire il respiro.

Questo è il segreto della salute. Il respiro corretto, eseguito con la spina dorsale diritta, è più efficace delle medicine per curare i mali del corpo e della mente.

Le malattie mentali traggono enorme sollievo da una giusta respirazione. I blocchi energetici vengono smossi dalla respirazione circolare: respirazione profonda senza pause

tra inspirazione-espiazione-inspirazione-espiazione. Questa è detta la respirazione immortale, o la ruota della vita.

La respirazione è legata strettamente anche alla sessualità. Le disfunzioni sessuali possono essere curate molto facilmente con il controllo del respiro, così come i disturbi nervosi, le assuefazioni, i disturbi respiratori, il mal di testa, le difficoltà di digestione. Una buona respirazione, eseguita in modo lento e profondo, consapevole, con la schiena diritta e la testa alta, inspirando ed espirando dal naso soltanto oppure anche inspirando dal naso ed espirando dalla bocca, costituisce una vera medicina naturale di enorme importanza. E' necessaria una certa pratica per ottenere dei buoni risultati, ma fin dalle prime sedute ci sono dei miglioramenti.

Il controllo consapevole della respirazione ci permette di agire consapevolmente su tutti gli organi interni: di massaggiare l'apparato digerente, di far rientrare l'ernia intestinale, di rafforzare il cuore, di rafforzare e purificare i polmoni, di potenziare il cervello, di ripulire i vasi sanguigni.

La respirazione è l'unica funzione del corpo che può essere sia consapevole che inconsapevole: costituisce dunque il ponte di collegamento tra la materia fisica e la materia energetica, tra il corpo fisico e il corpo eterico o astrale, tra la volontà e gli organi che generalmente funzionano senza il nostro intervento consapevole (lo stomaco, l'intestino, il fegato, i reni, le ghiandole, il cuore).

Con una pratica adeguata della respirazione consapevole si può arrivare con relativa facilità a controllare consapevolmente anche questi organi e a regolarne le funzioni.

Il corpo umano regola da solo la propria temperatura e le altre funzioni del corpo alternando automaticamente la respirazione dalla narice destra alla narice sinistra e viceversa ogni tre ore circa.

La respirazione attraverso la narice destra stimola l'attività dell'emisfero sinistro del cervello, che presiede alle attività razionali, assertive e aggressive.

La respirazione attraverso la narice sinistra stimola l'attività dell'emisfero destro del cervello, che presiede alle attività ricettive, intuitive, all'orientamento nello spazio, al riconoscimento degli oggetti, alla creatività e all'integrazione simultanea di differenti dati. Si può cambiare la polarità del respiro con diverse tecniche, anche soltanto sdraiandosi sul lato destro per qualche minuto per aprire la narice sinistra e viceversa, a seconda delle attività che si desidera compiere.

Si può anche imparare a respirare attraverso entrambe le narici in modo equilibrato, favorendo l'integrazione e la sintesi dei due aspetti della nostra personalità. Questo è lo stato ideale per la meditazione.

Respirando non si assorbe soltanto aria, ioni negativi e ossigeno, ma anche l'energia vitale che circola senza sosta nell'universo. E' energia fisica, mentale, intellettuale,

sessuale, spirituale. E' luce, calore, gravità, magnetismo ed elettricità. E' l'energia nascosta o potenziale esistente in tutti gli esseri, che si libera nei momenti di pericolo. E' l'energia che crea, protegge e distrugge, che manifesta il vigore, la potenza, la vitalità e lo spirito.

Questa energia è particolarmente percepita sulla terra, perché la terra è un conduttore la cui superficie è carica negativamente, mentre l'alta atmosfera è di carica positiva.

Inoltre, la carica magnetica del pianeta stesso influenza la circolazione dell'energia secondo linee di forza ben precise.

La corretta respirazione ci può rendere infinitamente più sensibili a queste linee di forza e a questi campi magnetici per poterli utilizzare appropriatamente.

Digiuna ogni volta che non ti senti bene

Il digiuno ha la virtù di risolvere quasi tutti i problemi di salute, dal semplice raffreddore al cancro. Quando digiuni, il tuo corpo usa tutte le sue energie per purificarsi ed espellere le tossine e i rifiuti che si sono accumulati da tempo immemorabile. Durante il digiuno riposa, respira, bevi acqua tiepida, rilassati e lascia che il tuo corpo faccia il suo lavoro. Digiunare è un lavoro pesante, ma i suoi risultati sono superiori a quelli di qualsiasi altro lavoro.

Durante i primi tre giorni di digiuno il corpo continuerà a chiedere i suoi pasti regolari, stimolando i succhi gastrici e creando acidità di stomaco, provocando delle contrazioni e una debolezza passeggera.

Soltanto coloro che soffrono di diabete e coloro che hanno gravi malattie cardiache dovrebbero preoccuparsi per la debolezza, i giramenti di testa e la sensazione di malessere generale: a queste persone è consigliato soltanto un digiuno mitigato, a base di succhi di frutta e verdura fresche, che disintossicano l'organismo senza sollecitarlo eccessivamente.

Tutti gli altri possono e dovrebbero sopportare questi malesseri passeggeri con pazienza e fiducia, perché sono la dimostrazione stessa di quanto il loro organismo aveva bisogno di quella cura. Per vincere l'acidità di stomaco è sufficiente un mezzo bicchiere d'acqua tiepida con qualche goccia di succo di limone fresco.

Per vincere i capogiri e la debolezza è sufficiente stendersi e rilassarsi: in breve il malessere passerà, e non appena il corpo avrà terminato di bruciare quell'infornata di tossine - generalmente dopo una o due ore - si proverà una meravigliosa sensazione di energia e leggerezza.

Per vincere l'alito cattivo, la patina sulla lingua e l'espulsione di muco - tutte manifestazioni temporanee della disintossicazione dell'organismo - si dovrebbe intensificare la pulizia con un raschialingua (o anche soltanto un cucchiaino per raschiare via la patina dalla lingua), frequenti spazzolate ai denti e molta pazienza.

Il periodo del digiuno è un periodo nel quale è bene restare soli con sé stessi o con persone sagge, affettuose, esperte e pazienti che sappiano incoraggiarci nella nostra

impresa e rassicurarci quando la mente si lascia prendere dalla paura. E' un momento delicato per l'organismo, che si dedica alle grandi pulizie interne, e butta fuori un sacco di spazzatura.

Non bisogna affaticarsi o arrabbiarsi, non bisogna sottoporsi a radiazioni nocive o stare a contatto con sostanze chimiche o tossiche, né naturalmente assumere delle medicine allopatiche.

Questo confonderebbe notevolmente la situazione, e farebbe più male che bene. Infatti l'organismo diventa estremamente delicato perché sta cambiando il suo equilibrio: dall'equilibrio della malattia e dell'intossicazione si sposta verso l'equilibrio della salute.

Ogni volta che sposti il tuo equilibrio da una posizione all'altra, il pericolo di cadere aumenta.

Fai qualche passeggiata rilassata, al sole del primo mattino e all'aria pura, possibilmente sulla spiaggia del mare. Prendi un po' di sole la mattina, se sei al mare fai qualche bagno senza nuotare troppo e rimanendo nell'acqua bassa. L'acqua e l'aria di mare, ricche di iodio, sono estremamente benefiche durante il periodo del digiuno perché stimolano il metabolismo e inducono il corpo a bruciare più tossine.

Scegli per il tuo digiuno il periodo della tarda primavera, dell'estate o del primo autunno: quando si digiuna si soffre di meno il caldo, e si ha meno bisogno di bere. Evita di digiunare a lungo d'inverno, perché soffriresti di più il freddo. Copriti bene non appena senti un po' di freddo.

Appena sei stanco, siediti o stenditi per riprendere le energie. Non temere, ben presto sentirai tornare le forza. Stai a letto, leggi, gioca, fai attività creative che ti piacciono e ti rilassino.

Non temere di dormire troppo: dormendo le tossine vengono bruciate più facilmente e più velocemente. L'organismo può aver bisogno di dormire anche tre volte di più rispetto alle tue abitudini solite. Il digiuno è un'ottima cura per l'insonnia, la stanchezza e lo stress in genere, perché il sonno viene naturalmente senza nessuna fatica. Rimani a letto finché non ti senti entusiasta di alzarti.

La cura del sonno è un ottimo aiuto per la disintossicazione. Non restare però a dormire sotto il sole cocente, perché ti farebbe male alla testa. Se vuoi restare all'aperto nelle ore più calde, procura di rimanere all'ombra.

Dopo due o tre giorni di digiuno in genere scompaiono gli stimoli della fame, e lo stomaco non produce più succhi gastrici. Evita comunque di sottoporre la tua mente a un bombardamento di desideri di cibo, non stare in cucina, non sederti a tavola con gli altri che mangiano, non leggere libri di ricette, non parlare e non ascoltare discorsi sul cibo. In questa fase è la mente che può aver fame, non il corpo.

Anche se riesci a trattenere il corpo dal consumare alimenti, il cibo che consumi mentalmente viene "tenuto nel freezer" dei desideri, e appena terminato il digiuno sarà

molto difficile non gettarsi a capofitto nella soddisfazione dei desideri repressi. Distrai la mente con argomenti diversi, impegnala in cose belle e rilassanti, interessanti ed edificanti, che non riguardino il cibo.

Il processo di depurazione dell'organismo accelera, il corpo brucia tutto ciò che è malato o in eccesso: cellule cancerose, tessuti ulcerati, grasso superfluo. Chi è sovrappeso può perdere generalmente un chilo al giorno durante un digiuno terapeutico, senza che le condizioni generali di salute ne risentano, anzi con grande beneficio per tutto l'organismo, che si rafforza e ringiovanisce.

Chi non è sovrappeso non dimagrirà ulteriormente: anzi, le persone magre spesso si ritrovano ad ingrassare addirittura uno o due chili durante il digiuno, perché il metabolismo migliora e l'energia proviene da fonti che non conosciamo e non vediamo.

Non lasciarti tentare dagli integratori alimentari, dalle pillole e dai beveroni: non è di quello che il tuo corpo ha bisogno, ma di rinnovarsi e purificarsi. I brufoli spariscono, la pelle diventa liscia ed elastica, gli occhi luminosi e vivaci, il respiro più facile.

Di ciclo in ciclo, il corpo continua a bruciare sempre più spazzatura, con alti e bassi di energia, dovuti all'immissione nella fornace del grasso superfluo e allo sprigionarsi delle tossine che vi erano immagazzinate.

Le ondate di grande energia possono ingannarti e spingerti in entusiastici progetti di esercizio fisico o di lavoro: fai attenzione, è bene fare esercizio e svolgere qualche attività, ma assicurati sempre di poterti riposare non appena si verifica il calo di energia improvviso dovuto alla brusca fine del ciclo.

I giramenti di testa e le improvvise debolezze non sono sintomi preoccupanti, ma sono comunque fastidiosi quando non hai la possibilità di metterti comodo a riposare un attimo.

Dopo un numero variabile di giorni, a seconda della gravità delle tue condizioni precedenti, riapparirà naturalmente lo stimolo della fame.

Si può digiunare per sette, dieci, quindici, venti, trenta o persino quaranta giorni senza che il corpo ne risenta negativamente.

Quando riappare lo stimolo della fame, e i sensi sono perfettamente svegli ed acuti, è necessario fare grandissima attenzione, perché questo è il momento più critico di tutto il periodo del digiuno, quello che determina il vero successo della tua impresa. Se fallisci in questa fase, gran parte dei benefici del digiuno saranno bruciati.

Non lasciarti andare ai desideri dei sensi e della mente, perché in questa condizione il corpo sembra poter assorbire una quantità illimitata di cibo, i sapori sono celestiali e la digestione immediata.

Ma gli effetti negativi si vedono già dopo poche ore e dopo pochi giorni.

Abbi la grande pazienza di nutrirti per il primo giorno solo di succhi di frutta e verdura fresche non conditi e diluiti con acqua pura, da sorseggiare lentamente e con gusto.

Se il tuo era già un digiuno mitigato, ai succhi sostituisci della frutta e della verdura da masticare lentamente assaporandole molto bene. Se già hai fatto un digiuno a base di frutta e verdura solide, prendi una scodella di riso integrale bollito.

Evita con grande cura intingoli e cibi fritti, spezie e cibi non naturali, perché il tuo organismo non può sopportarli adesso: è come l'organismo nuovo e pulito di un neonato, che ha bisogno di alimenti freschi e leggeri da digerire. Cura il tuo corpo come cureresti il tuo bambino appena nato, con amore e tenerezza.

Continua con una dieta molto graduale, introducendo man mano insalate, molta frutta, cereali integrali bolliti, verdure stufate, olio d'oliva extra vergine, poco sale, poi un po' di yogurt fresco, in modo che l'apparato digerente si riabituï con comodo, per un periodo che dovrebbe essere lungo quanto il periodo di digiuno che hai osservato. Se hai digiunato per dieci giorni, che il tuo periodo di ripresa dell'alimentazione sia di dieci giorni, se hai digiunato di più, che sia di più.

Questo richiede un grande sforzo di volontà e di determinazione, perché i tuoi nuovi sensi sono acuti e si deliziano di ogni più leggero sapore. Mangia poco, lentamente e masticando molto bene, per stimolare i succhi gastrici. Riempi lo stomaco per metà soltanto: è sufficiente a darti moltissime energie anche se ti alzi da tavola non del tutto sazio. Un semplice boccone di cibo ti riscalderà e ti darà un'energia che non avresti mai immaginato, perché ora il tuo corpo è pulito e funziona bene, senza sprechi e senza intasamenti, come un motore appena messo a punto. Non ingolfarlo con una quantità eccessiva di carburante, perché il funzionamento non migliorerebbe affatto.

Continua con la dieta di mantenimento per il tempo prescritto, e terminato il periodo necessario, fai attenzione a non riavvelenare velocemente l'organismo con le abitudini sbagliate. Questa è una nuova partenza, una nuova occasione per te: una nuova vita, che ti è stata data per mettere in pratica i tuoi buoni propositi. Il digiuno completo è un ottimo metodo per disintossicare dalle assuefazioni: un'occasione d'oro per smettere di fumare, di bere alcolici, di prendere sostanze tossiche, di imbottirti di pillole e medicinali.

Non sprecare questa occasione, e la tua vita sarà davvero diversa.

Il potere della terra

L'argilla ha enormi poteri curativi che possono essere applicati da chiunque senza controindicazioni. Assicurati però che l'argilla che usi sia ben pulita e non contaminata, che provenga da un luogo lontano da discariche e da campi trattati con concimi chimici e diserbanti, in una zona non inquinata da scarichi o da sporcizia di vario genere. Quella migliore è quella verde-grigio, ricca di ferro nativo.

Quella rossa è ricca di ferro già ossidato, e quindi non magnetico, e non è altrettanto benefica. L'argilla pulita, raccolta con cura e polverizzata, liberata dai corpi estranei ed esposta al sole e alla luna almeno per una settimana, può essere usata per cataplasmi o persino aggiunta all'acqua da bere per purificare l'organismo.

L'argilla usata per i cataplasmi va tenuta due ore, poi eliminata, possibilmente sotterrandola in un luogo isolato: non può essere riutilizzata senza essere stata riciclata dalle forze della natura. L'argilla non va mai tenuta in recipienti di metallo o maneggiata con strumenti di metallo o cristallo, perché la sua forza magnetica e radioattiva ne soffre. Usa contenitori di legno, vetro, terracotta, plastica, che non interagiscono con la sua energia e non ne sono danneggiati.

Puoi mescolare l'argilla al sale marino grezzo per farne dei cataplasmi per curare la ritenzione idrica, oppure all'olio per applicarla sulla pelle secca. Non usare acqua calda per mescolare l'argilla, perché disturba la sua vibrazione; piuttosto copri il cataplasma dopo averlo applicato con indumenti di lana per trattenere il calore del corpo. La sensazione di freddo del cataplasma di argilla può essere molto piacevole nel caso di infezioni, infiammazioni e ustioni.

L'argilla ha il potere di estrarre dal corpo le infezioni, il pus, i piccoli corpi estranei dalle ferite, e in alcuni casi persino i tessuti cancerosi. Rimargina le ferite molto velocemente, ma solo quando non contengono più nulla che possa ricreare l'infezione.

Nei casi gravi l'applicazione dei cataplasmi di argilla può essere rinnovata almeno ogni due ore, continuamente, finché il corpo non comincia a provare fastidio. Lo spessore del cataplasma dev'essere di due centimetri per essere davvero efficace.

Quando non è possibile usare una tale quantità di argilla, e in casi meno gravi, si può usare dell'acqua argillosa o dell'argilla in polvere da spargere sopra la ferita o l'ustione per evitare infezioni.

L'angelo della terra e l'angelo dell'acqua vivono nell'argilla e donano la guarigione liberamente.

Il potere del sole

La luce del sole ha un grande potere, che deve però essere affrontato con rispetto e attenzione. Esponi il tuo corpo alla luce e all'aria, ma fallo preferibilmente la mattina presto. Una quantità eccessiva di radiazioni solari, specialmente quando il sole è già alto, può provocare dei problemi anche gravi.

Gli antichi insegnano che chi conosce i ventuno principi del sole può ottenere immortalità, giovinezza, libertà dall'invecchiamento, un corpo sano e trasmutato, la meravigliosa forma del Divino e il potere di accordare le benedizioni.

La tecnica migliore è quella di uscire la mattina e fare il bagno nel fiume, nel lago o nel mare prima delle 9, poi in costume da bagno o in perizoma, con l'acqua che gocciola lungo il corpo filtrando i raggi infrarossi, esporsi ai raggi del sole per circa mezz'ora, meditando sulla potenza terapeutica del sole.

Si può eseguire questa tecnica iniziando con il bagnarsi completamente nell'acqua, poi, restando immersi nell'acqua fino alla vita, si possono recitare delle formule di preghiera e offrire al sole dell'acqua raccolta nelle mani, versandola poi di nuovo davanti al sole. Dopo aver eseguito questo rituale per tre volte, si può uscire dall'acqua, e tenendo le mani

giunte sopra la testa, si può girare su se stessi in senso orario per tre volte, esponendo il corpo bagnato ai raggi del sole.

Il potere dell'acqua

Lavarsi regolarmente è una grande medicina. E' necessario fare almeno una doccia ogni giorno, anche se non molto prolungata o abbondante. La cosa migliore è fare tre veloci docce al giorno: prima di colazione, prima del pranzo e prima della cena. L'eventuale rasatura della barba, la pulizia dei denti e della lingua fanno parte della pulizia quotidiana e devono essere eseguite prima della doccia.

Il lavaggio dei capelli e il taglio delle unghie possono essere eseguiti a seconda della necessità a intervalli regolari di alcuni giorni; anche queste operazioni devono essere eseguite prima della doccia. Se i capelli sono molto corti, possono essere lavati rapidamente anche ogni giorno. E' consigliabile fare una doccia prima di sedersi in meditazione, prima di eseguire l'adorazione rituale e prima di entrare in cucina per preparare i pasti, dopo aver usato il gabinetto, dopo aver toccato cadaveri o cose sporche o contaminate.

In questi casi è consigliabile usare del sapone o qualche altra sostanza detergente adeguata. Al posto del sapone si può usare della crusca di grano oppure della farina di soia verde, entrambe sostanze naturali che non otturano i pori della pelle e non producono aridità. Una volta alla settimana si possono fare delle frizioni leggere con olio di sesamo, oppure di oliva o di mandorla o di cocco; dopo la frizione si elimina l'unto con la farina di soia verde o di altri legumi.

Per disinfettare la pelle in caso di contatto contaminante, si può usare una soluzione di olio di margosa (nim), oppure succo di limone e acqua, oppure infuso di camomilla oppure infuso di chiodi di garofano.

Dopo la doccia è consigliabile indossare abiti puliti, perché anche i vestiti assorbono la sporcizia, la contaminazione e le vibrazioni negative.

Gli abiti, se non sono particolarmente sporchi, possono essere semplicemente sciacquati per eliminare polvere e sudore, oppure esposti al sole e all'aria per essere disinfettati dai raggi ultravioletti.

La doccia è meglio del bagno a immersione per la purificazione quotidiana, perché l'acqua corrente è molto più efficace dell'acqua ferma per eliminare le vibrazioni negative. Non è necessario che la doccia sia molto prolungata; può essere effettuata anche con un tubo di gomma che esce da un qualsiasi rubinetto, o addirittura con un semplice secchio pieno d'acqua spargendosi l'acqua addosso con un piccolo contenitore.

Il bagno a immersione (in acqua moderatamente calda) è utile per rilassarsi, per assorbire delle sostanze terapeutiche (erbe medicinali, profumi, sale marino, argilla, ecc.) disciolte nell'acqua, quando si torna da un viaggio difficile nel quale non si è potuto approfittare di bagni adeguati, quando si può effettuarlo in acqua corrente o viva (mare, fiumi, piccole cascate, fonti termali, idromassaggio).

Acqua calda e acqua fredda hanno effetti diversi sul corpo e sulla psiche, e devono essere usate a seconda delle condizioni di salute. L'acqua calda è rilassante e riposante, l'acqua fredda rinvigorisce e tempera l'organismo. Chi è raffreddato o soffre di colite, febbre o disturbi cardiaci, i bambini, i vecchi e i malati possono usare acqua tiepida o moderatamente calda per le abluzioni. E' importante soprattutto che i bambini - che non possono regolare personalmente la temperatura dell'acqua - vengano lavati con acqua tiepida o moderatamente calda e imparino ad apprezzare il momento del bagno. Le donne mestruate possono usare acqua tiepida o fare abluzioni parziali, ma dovrebbero evitare il bagno a immersione. Il contatto con l'acqua deve essere piacevole per incoraggiare il suo uso anche nel futuro.

L'acqua corrente o in movimento, calda o fredda, purifica da ogni contaminazione, dalla polvere, dal sudore, dalla sporcizia, dalla contaminazione radioattiva e magnetica, dai germi e dai microbi che si trovano nell'ambiente.

E' sempre meglio fare una doccia dopo essere stati all'esterno, dopo aver subito un trauma emotivo o psichico, dopo essere stati a contatto (anche non fisico) con persone malate fisicamente o mentalmente, o essere stati sottoposti a tempeste psichiche.

L'acqua lava via le vibrazioni negative.

Chi non è in grado di fare una doccia completa, per qualsiasi motivo, trarrà comunque giovamento da abluzioni parziali della bocca, del viso, delle mani e delle braccia, dei piedi e delle gambe, della zona pubica. Anche le frizioni con un asciugamano bagnato sono utili, in mancanza di una quantità sufficiente di acqua o di una situazione favorevole a un bagno vero e proprio.

Il potere delle cose semplici

Le umili erbe dei prati, dei campi e dei boschi hanno delle grandi virtù. Impara a conoscerle e a utilizzarle con amore e rispetto, specialmente nelle tisane benefiche e curative. Ogni cultura si tramanda le virtù delle erbe che crescono nel territorio, e non sarà difficile procurarsi dei trattati su questo argomento.

L'ortica è antianemica, la rosa canina ricca di vitamine fortificanti contro le infezioni, la melissa digestiva. La camomilla è calmante e stimolante (a seconda della quantità) ma anche disinfettante, e può essere usata anche per pulire gli occhi. Ma esistono migliaia di altre erbe benefiche, e molte di esse contengono principi attivi molto potenti da usare con grande cautela e abilità. Di alcune si useranno le foglie o gli steli, oppure i fiori, i semi, i frutti, la corteccia, la radice, o qualsiasi altra parte.

Lo yogurt semplice è un ottimo cataplasma contro le ustioni anche gravi: la pelle assorbe il suo siero con una velocità proporzionale alla gravità dell'ustione. Rinnova l'applicazione ogni volta che si asciuga, anche se sono passati solo pochi secondi, finché la pelle non assorbe più.

Il miele disinfetta e scioglie le tossine nell'organismo, alleviando le irritazioni e le infiammazioni interne. La cera nera (propoli) disinfetta e cicatrizza, sia internamente che esternamente, il polline raccolto dalle api è il più grande energetico che esista e ricostituisce il sangue impoverito.

Il potere dell'ambiente sulla salute

I profumi dei fiori, i colori, i suoni, le posizioni del corpo, sono medicine meravigliose e naturali dalle proprietà miracolose. Applicale per curare il corpo e la mente, anche in combinazione tra loro. Un saggio esperto è capace di creare un ambiente di guarigione anche nella casa. La vostra casa è il vostro primo guaritore: se l'energia che vi circola è negativa o pesante, la vostra salute fisica e psichica non potrà essere buona.

Liberate la casa dagli oggetti vecchi, inutili e rotti, dagli oggetti deprimenti o che non usate mai, da ciò che vi suscita brutti ricordi, da ciò che impedisce alla vostra energia di circolare liberamente, da ciò che vi impedisce di respirare bene. Pulite bene la vostra casa e mantenete la pulita, accogliente.

Entrando nella vostra casa, dovrete sentire i polmoni che si espandono, la respirazione che si fa più facile, la mente che si placa e si rallegra. Se questo non succede, sgomberatela e purificatela. Se dopo qualche tempo non sentite comunque dei benefici, probabilmente vi conviene cambiare casa.

La vostra casa non deve essere inquinata da campi elettrici o magnetici, che sono molto dannosi per la salute.

Deve essere orientata e costruita in accordo all'antica scienza delle costruzioni viventi, che prescrive i parametri adeguati per posizionare e fabbricare una casa sana e felice. Se non è possibile costruirsi la propria casa nel modo adeguato e nella posizione adeguata, bisogna però cercare di rendere la propria abitazione il più sana possibile, usando materiali sani e naturali, una disposizione dei mobili che favorisca la circolazione dell'energia, un arredamento favorevole e dei colori adatti.

Suoni, luci e profumi possono essere usati per migliorare moltissimo l'abitazione.

La cromoterapia

I colori primari possono essere applicati sotto forma di vetri colorati per finestre, porte e lampadari, tessuti colorati per abiti, tendaggi e arredamento, ornamenti (anche gioielli) e quadri. Ogni colore e combinazione di colori ha un effetto ben preciso sull'organismo e sulla psiche.

E' meglio usare dei colori sfumati, chiari, pastello, che hanno un effetto meno violento ma che si può sopportare a lungo. I colori forti possono essere utili, ma soltanto in piccola quantità e per brevi periodi di tempo. I colori scuri abbassano la frequenza di vibrazione dell'energia delle persone che vi sono esposte, quelli chiari la alzano.

Il rosso riscalda, eccita, dà energia e forza; non è consigliato alle persone che soffrono di tendenza alla collera e alla passione. Può essere usato in piccole quantità insieme con il

bianco, il giallo, il verde, quando è necessario stimolare le vibrazioni materiali della potenza e della velocità: è utile in piccole quantità nelle cucine per stimolare le energie languenti di chi si deve mettere a preparare i pasti magari dopo una difficile giornata di lavoro, ma bisogna stare attenti a non esagerare se la giornata difficile ha visto delle arrabbiate. Maglie e maglioni rossi, pigiami rossi, coperte rosse e copriletta rossi sono molto utili d'inverno perché riscaldano di più dei loro equivalenti di altri colori. Sono efficaci anche al buio.

L'azzurro nelle sue varie sfumature rinfresca, calma, dà pace e serenità; è consigliato nelle camere da letto perché rilassa e concilia il sonno, nelle stanze di meditazione perché aiuta la concentrazione mentale e i pensieri nobili, nelle sale d'aspetto perché tranquillizza i pazienti. In particolare nelle sale d'attesa di ogni genere, è consigliabile unire varie sfumature di azzurro e blu con motivi armoniosi e curvi (come le nuvole nel cielo), sfumature di verde acquamarina, e decorazioni in colore dorato o argentato. Anche i quadri alle pareti dovrebbero rispecchiare gli stessi colori, o comunque contenere bianco e colori chiari.

Il blu respinge le mosche e gli altri insetti, perciò è bene usarlo anche sui muri esterni insieme al bianco.

Unito all'oro, il blu o l'azzurro stimola la crescita spirituale e la guarigione emotiva.

Il blu elettrico disturba i processi mentali, come tutti i colori "elettrici".

Il rosa produce ottimismo e affetto, dolcezza e simpatia. E' un colore adatto al sentimento, alla fantasia, alla sublimazione dei desideri materiali. Stimola il centro del cuore e rende estroversi e amabili.

Il verde nelle sue varie sfumature è fonte di guarigione a tutti i livelli; è antisettico ed è consigliabile quindi nelle stanze da letto, specialmente di persone di salute cagionevole o di malati. Il verde chiaro è rilassante, il verde scuro può produrre ipnosi. Per ravvivare il verde sono consigliate piccole dosi di giallo, bianco e rosso.

Il giallo è stimolante, produce eccitazione e desiderio di estroversione. Stimola l'appetito, l'acquisizione di oggetti, di beni materiali, di divertimento e di socializzazione. Può essere combinato con piccole dosi di rosso, bianco, marrone (per migliorare la "messa a terra"), verde (per rilassare).

Il bianco raffredda, purifica, sublima, potenzia la mente nella direzione che sta già seguendo (sia nel bene che nel male). E' il colore che alza maggiormente la frequenza delle vibrazioni delle persone.

Riflette i raggi del sole e quindi è molto utile sui muri esterni e nelle terrazze delle case nei paesi caldi o per i vestiti in estate. Trovandosi in presenza di molto bianco e di una forte luce solare è consigliabile indossare occhiali da sole per evitare danni agli occhi.

Per coloro che hanno dei disturbi mentali, il bianco deve essere stemperato dall'azzurro e dal verde, altrimenti potrebbe peggiorare le loro condizioni. Per coloro che sono già progrediti nella pratica della meditazione, il bianco è un ottimo colore che potenzia i risultati che hanno già raggiunto.

L'arancione chiaro è isotermico (cioè agisce sia contro il caldo che contro il freddo), aiuta a controllare i sensi e la mente, a utilizzare le energie per il progresso interiore e la meditazione. L'arancione scuro è deprimente, l'arancione elettrico disturba la mente.

Il viola nelle sue varie sfumature stimola la crescita spirituale e mistica. Fa superare i blocchi spirituali e produce consapevolezza. Il viola scuro può produrre ipnosi. Può essere usato in piccole quantità raffreddato dal bianco, energizzato dall'oro o dall'argento, calmato dall'azzurro chiaro o dal verde chiaro.

Il nero è deprimente e stimolante delle energie inferiori, abbassa la frequenza di vibrazione ma protegge contro le energie negative molto forti.

E' consigliato come "armatura psichica" nei casi difficili. Induce al sonno e alla pazzia, se usato in modo esagerato.

Può venire usato raramente, quando l'intuizione lo raccomanda, per difendersi in situazioni ostili e minacciose. Il nero assorbe la luce solare, e quindi è utile in inverno o nei paesi freddi, soprattutto nei capi di vestiario esterni (cappotti, mantelli, ecc.) Nei climi caldi, il nero attira più facilmente zanzare e altri insetti.

Il marrone produce calma e insensibilità, depressione e indifferenza; è adatto solo come "messa a terra" insieme con altri colori come il bianco, il giallo, l'oro, il verde. Il marrone chiaro è più adatto agli arredamenti rispetto al marrone scuro. Una quantità esagerata di marrone scuro nell'abitazione (mobili e porte di legno scuro, parquet di legno scuro, pannelli di legno scuro alle pareti) porta alla disperazione e al senso di morte, specialmente se associato ad altri colori pesanti come il nero e il rosso scuro o violento.

L'oro e l'argento (e insieme all'argento anche i colori "metallici" o i metalli cromati) sono altamente energizzanti, e devono essere usati con parsimonia, insieme a colori come il blu o l'azzurro, il verde e il bianco. L'oro o l'argento insieme al rosso producono una enorme sensazione di potenza, che può portare fino alla megalomania.

L'abbigliamento

Anche il modo di vestirsi influisce sulla salute fisica e psichica. Sono molto utili gli abiti comodi, di fibre naturali (cotone, lana, lino), semplici e facili da lavare e da asciugare, non inamidati, di colori chiari e/o scelti accuratamente a seconda dell'influenza sull'organismo e sulla psiche. Gli abiti stretti che limitano i movimenti e la respirazione, le fibre sintetiche o irritanti, i colori violenti o deprimenti, gli orpelli soprattutto metallici che raccolgono le energie dal corpo e dall'ambiente, le stoffe impregnate di sostanze detergenti chimiche sono molto dannosi alla salute fisica e psichica. La stessa cosa si può dire delle scarpe. Il tipo migliore di calzatura è quella in tessuto e sughero; anche il cuoio può provocare dei problemi, specialmente se è conciato con sostanze chimiche o se è ricavato da animali uccisi.

Dell'abbigliamento fanno parte anche ornamenti e gioielli. Le pietre preziose e semi preziose sono molto utili per la salute fisica e psichica, ma bisogna fare attenzione a non indossare pietre inadatte alla propria costituzione. Generalmente le pietre hanno le stesse

caratteristiche dei colori che le contraddistinguono; per avere più effetto devono essere indossate a contatto con la pelle o comunque con una montatura "aperta" in modo che la luce possa passare attraverso la pietra e raggiungere il corpo senza essere frenata dalla montatura di metallo.

Questo vale anche per le "pietre" non trasparenti, come il corallo, le perle, il lapislazzuli, il quarzo fumé, eccetera. I cristalli meritano un discorso a parte perché come alcune pietre preziose (smeraldo, rubino, diamante) sono vivi, hanno una loro personalità e possono accumulare e scaricare energie. I cristalli di grandi dimensioni sono delle vere e proprie centrali energetiche e devono essere usati con grande cautela. Esistono dei trattati appositi che parlano di come utilizzare le proprietà dei cristalli, e nell'era che sta iniziando queste conoscenze diventeranno sempre più diffuse a tutti i livelli.

Alcuni tipi di legno e di semi hanno un effetto benefico: i semi del fiore di loto stimolano la prosperità, i semi di rudraksa danno forza e determinazione, il legno di sandalo rinfresca, il legno di tulasi e il legno di nim purificano e vincono i germi e gli insetti. Il legno di bosso è stimolante, il legno di quercia attira il magnetismo, il legno di nocciolo è sensibile alle vibrazioni.

Gli ornamenti di avorio e ancor di più quelli di osso (compresi i bottoni) appesantiscono le vibrazioni di chi li indossa con le vibrazioni e la sofferenza dell'animale a cui appartenevano, così come il cuoio, la pelle animale, le pellicce eccetera. E' consigliabile evitarli.

Anche i metalli hanno un effetto specifico sulla salute fisica e psichica: l'oro fortifica, l'argento raffredda (come le perle, le pietre di luna), il rame scalda, accresce il potenziale delle pietre e dei cristalli e assorbe il magnetismo negativo delle tensioni psichiche. Il ferro appesantisce, l'acciaio indurisce, l'alluminio e lo stagno avvelenano.

Fai esercizio fisico

L'esercizio regolare dei muscoli aiuta la circolazione del sangue e delle energie, fortifica il cuore, aiuta la digestione e l'evacuazione, migliora il metabolismo. L'esercizio fisico può essere di diversi tipi, a seconda delle possibilità di ogni individuo.

L'esercizio più facile, indicato anche a coloro che hanno problemi cardiaci, di sovrappeso e di affaticamento generale, è il nuoto, che permette un allenamento graduale e spinge ad approfondire la respirazione.

La marcia è un altro ottimo esercizio fisico, specialmente se eseguita al mattino presto, in un ambiente non inquinato e non sotto il sole a picco; quando si marcia bisogna mantenere la schiena diritta, i piedi più paralleli possibile e se si portano dei pesi, questi devono essere perfettamente bilanciati in modo da non provocare distorsioni della colonna vertebrale. La marcia può essere alternata a brevi tratti di corsa per stimolare ulteriormente il metabolismo, facendo molta attenzione alla respirazione.

Lo yoga è particolarmente raccomandabile sia come esercizio fisico che come terapia di guarigione, specialmente se viene eseguito sotto la cura di un maestro competente e

intelligente. Esistono molte varianti dello yoga, e tutte possono essere praticate come forme di ginnastica, mentre lo yoga originale ed autentico è estremamente scientifico e può portare risultati straordinari. Della stessa famiglia dello yoga sono i vari tipi di movimento armonico, abbinato alla respirazione, sui quali si basano anche le arti marziali.

Scarica la tensione

Quando hai un problema difficile, allontana ogni pensiero e rilassati il più possibile. Lascia che la soluzione affiori da sola. La tensione impedisce di comprendere le cose e di vedere le soluzioni.

Per rilassarti puoi uscire a fare una passeggiata, una nuotata o qualche altro esercizio fisico come ginnastica o arti marziali, oppure puoi fare una doccia o un bagno caldo, o farti fare un massaggio.

Puoi andare a comprare una cosa utile, leggere un buon libro o ascoltare una storia bella. Puoi stenderti e fare qualche respirazione profonda, o praticare le tecniche per allentare i muscoli e la tensione.

Spesso quando si è tesi si è semplicemente stanchi, forse si è digerito male o dormito poco. Evita di consumare alcolici, caffè, tè, sigarette, medicine chimiche, che mettono sotto sforzo il tuo organismo modificando le sue capacità di reazione, e danno un sostegno artificiale che porta alla dipendenza.

Fai un lavoro che ti piace e coltiva le relazioni che ti danno felicità

L'ozio e la pigrizia sono abitudini anti igieniche e insane, che portano la malattia del corpo e della mente, depressione, sonno eccessivo e perdita di energie, istupidimento e pesantezza generale. Le tossine non vengono eliminate adeguatamente, specialmente se quando non si lavora si mangia abbondantemente.

Se non trovi un lavoro che ti piace e ti soddisfa, prendi il primo lavoro che ti si offre e poi aspira a qualcosa di meglio. Spesso la vita ci propone delle esperienze che ci sembrano improbabili, ma che possono rivelarsi molto utili per la nostra crescita. Persino un lavoro che ci sembra completamente incompatibile con le nostre capacità e aspirazioni può rivelarsi un grande successo. Basta provare.

Per quanto riguarda le relazioni, bisogna imparare la differenza tra una situazione difficile nella quale dobbiamo imparare qualcosa, e una situazione difficile dalla quale possiamo imparare uscendone.

L'essere umano pigro è senza vita e senza gioia, è l'assassino di se stesso e del progresso del mondo.

Tieni sotto controllo la tua situazione generale psico-fisica

Ci sono dei sintomi specifici che ci avvertono dell'esistenza o dell'approssimarsi di squilibri psico-fisici che portano alla malattia.

Eccone una lista:

- la persona è sempre troppo impegnata per fare ciò che gli sarebbe veramente di beneficio o per risolvere i suoi problemi,
- la persona non è capace di dire di no, ma questo la fa soffrire e le provoca rabbia e risentimento,
- la persona si preoccupa costantemente, per tutto e per tutti: per se stessa e la sua salute, per l'aspetto del corpo, per la reputazione, per la sicurezza e la salute dei familiari e degli amici, eccetera,
- la persona non ha fiducia o stima per se stessa, ma non sopporta le critiche e non riesce ad accettare i complimenti, non sopporta l'idea di chiedere aiuto o di essere aiutata,
- la persona è preoccupata di essere egoista, non sopporta quando gli altri si arrabbiano con lei, e sta sempre a chiedere scusa per tutto e a cercare approvazione e convalida dagli altri,
- la persona prova paura o rabbia verso la gente e verso le figure di autorità,
- la persona prova un diffuso senso di colpa, si sente una vittima e si giudica severamente allo stesso tempo,
- la persona tende ad occuparsi maggiormente degli altri che di se stessa,
- la persona soffre di insonnia e/o di turbe della nutrizione,
- la persona diventa timida o aggressiva, insoddisfatta, depressa

Cura i tre livelli della mente

La mente dell'essere umano ha tre stati di esistenza: il livello cosciente, il livello subconscio, e il livello della coscienza superiore.

Generalmente le persone vivono al livello cosciente, e allo stesso tempo c'è moltissima attività che si svolge al livello subconscio senza che se ne rendano conto effettivamente. Questi tre stati dell'essere possono verificarsi tutti e tre contemporaneamente, ed è solo armonizzandoli che si diventa esseri umani integri e sani.

Cura il livello cosciente diventando consapevole di quello che fai in ogni momento. Vivi anche i gesti più piccoli, le cose che appaiono più insignificanti, più abitudinarie, e diventane cosciente per poter scegliere se compiere quei gesti in quel modo oppure no. Tutto ciò che facciamo, diciamo o pensiamo, in modo consapevole o non consapevole, va ad influenzare la nostra vita: è dunque meglio sapere che cosa stiamo facendo, per poter dirigere con più sicurezza e competenza il vascello della nostra vita.

Moltissime persone attraversano la vita come sonnambuli, come se fossero anestetizzati per non soffrire delle pene e delle fatiche dell'esistenza quotidiana, ma così facendo non assaporano nemmeno le gioie che la vita ci offre ogni giorno, e vivono inutilmente. Inoltre, dolori e fatiche, quando sono anestetizzati in continuazione attraverso l'incoscienza, avvelenano l'organismo e la mente, e diventano un dolore e una fatica continui. E' meglio dunque affrontare le sofferenze e le fatiche per quello che sono realmente, e prendere consapevolmente i provvedimenti necessari per risolverle appena si

presentano. In questo modo possiamo modificare le nostre scelte e il nostro comportamento in modo da rimuovere la causa prima della sofferenza e della fatica, utilizzando il distacco che è sostanzialmente diverso dall'incoscienza.

Mentre l'incoscienza è un'anestesia totale, che appesantisce la mente e i sensi e sprofonda in una grigia nebbia di sofferenza, il distacco è l'azione di "staccare la spina" dell'identificazione e quindi della sofferenza, ma permette di rimanere perfettamente lucidi e coscienti e quindi di agire nel modo più adatto alle circostanze.

Per diventare consapevole di ogni istante, pratica la consapevolezza della respirazione. Il respiro è il tuo presente: diventa consapevole di ogni inspirazione e di ogni espirazione. La consapevolezza umana è in grado di tenere d'occhio una quantità di cose contemporaneamente: non temere che diventando consapevole del tuo respiro ti diventi difficile o impossibile concentrarti sulle tue attività e sul tuo lavoro.

Cura il livello subcosciente diventando amico di te stesso, accettando con amore e tolleranza tutto ciò che viene a galla e incoraggiando il subcosciente a manifestare i problemi da risolvere.

Il subcosciente manda i suoi messaggi in molti modi diversi, attraverso i sogni, attraverso le emozioni, persino attraverso certi disturbi e malattie, la cui radice sta sotto il livello della coscienza. E' quindi indispensabile guarire prima sul piano sottile o astrale, "darsi il permesso" di guarire, liberare i blocchi di energia che hanno la funzione di ricordarci i vecchi problemi da risolvere. Così la salute fisica e mentale diventerà lo specchio del tuo essere integro e solido.

Puoi sbloccare le energie incatenate nei sotterranei della tua psiche praticando la tecnica del mandala del suono: rilassati in solitudine e lascia uscire un suono dalla gola senza controllo. Ripeti questo suono spontaneamente, sempre più forte, poi concentrati sulla respirazione, spingendola a diventare più profonda e veloce, finché la tensione e le emozioni vengono liberate.

Cura il livello della coscienza superiore ascoltando la voce interiore, studiando e applicando in pratica la meditazione, esaminando la direzione della tua vita, con la preghiera e con l'azione libera dall'egoismo.

Quando diventi consapevole, la tua sensibilità diventerà immensa, e potrai percepire facilmente il dolore degli esseri e anche gli aspetti negativi dell'umanità, come la volgarità, l'aggressività e l'odio. Usa il distacco e la consapevolezza della tua vera natura per non soccombere a queste sensazioni; fai che la tua sensibilità si trasformi in compassione e in comprensione, ma non accollarti il fardello del mondo intero, perché non è tuo. Esamina il tuo fardello personale e abbandona ciò che non è utile al tuo progresso e ciò che non puoi risolvere, il complesso del martire, il complesso del salvatore dell'umanità, il complesso del supremo controllore, il complesso dell'amico di tutti gli esseri viventi. Porta con te solo quello che puoi gestire e che ti sarà possibile usare di volta in volta nel tuo viaggio.

Fai la tua parte nel mondo, svolgendo la tua missione con umiltà e sincerità, con determinazione e con coraggio, con amore e tolleranza. Gradualmente la tua coscienza superiore crescerà e diventerà capace di portare pesi maggiori con l'allenamento e il distacco, e allora potrai fare di più, pur lasciando sempre il risultato delle azioni alla volontà suprema.

Le pratiche di guarigione naturale hanno anche degli effetti spirituali importanti, e a loro volta le influenze spirituali hanno un effetto salutare sul corpo e sulla mente. L'essere umano deve realizzare l'equilibrio perfetto tra corpo, mente e spirito, in modo da poter realizzare con successo la missione della vita umana.

Il digiuno abitua l'essere umano al controllo dei sensi, alla rinuncia, alla tolleranza rispetto alle esigenze del corpo e della mente, esercita la fedeltà al dovere e all'impegno preso.

Lo stato generale di salute e benessere influenza positivamente la capacità della mente di concentrarsi su questioni elevate; quando il corpo non disturba la meditazione, la mente riesce ad elevarsi più facilmente e a mettersi in contatto con lo spirito.

Un corpo sano dà energia e ottimismo alla mente, e una mente sana ed equilibrata ha meno difficoltà nell'impegnarsi nella meditazione.

Purificando il tuo corpo e offrendogli un modo di vita sano ed equilibrato, otterrai grandi benefici, e combatterai efficacemente le malattie.

Tutto ciò che fai, mangi, dici, pensi, vedi, ascolti, ricordi, influenza la tua salute fisica e mentale. Sappi che tu sei il responsabile di te stesso.

Non abdicare alla tua responsabilità in favore di qualcun altro, perché la natura non funziona in questo modo.

Nessun altro può sapere meglio del tuo corpo di che cosa ha bisogno il tuo corpo.

Ascoltalo dunque, e lascia che le correnti di guarigione della Grande Madre ti risanino con gli elementi della natura e con le pratiche naturali.

IL LIBRO DEL PROFETA

Un Profeta venne alle porte della città e abitò in un'umile capanna. Quando si sparse la voce della sua venuta, molti desiderarono incontrarlo. Uscirono dalla città di buon mattino e si recarono nella casa che l'ospitava. Il Profeta era seduto su una pietra fuori dalla casa, rivolto verso la città, e la contemplava alla luce del mattino. Si sedettero attorno a lui e gli chiesero da dove venisse e a quale religione appartenesse.

Il Profeta rispose:

"Tutte le nazioni sono la mia patria, tutte le razze sono la mia razza. Non sono né cristiano né ebreo, né zoroastriano né turco, non sono dell'Oriente, non sono dell'Occidente, non sono della terra né del mare, appartengo all'anima del Beneamato, ho visto che i due sono Uno. E l'Uno vedo, l'Uno conosco, l'Uno vedo, l'Uno adoro. Egli è il Primo ed è l'Ultimo, è l'Esteriore ed è anche l'Interiore."

Gli chiesero dunque: "O Maestro, poiché tu hai visto la Verità, dicci com'è possibile conoscerla e raggiungerla."

Il Profeta rispose:

"Cercate il Maestro. Il mondo è corrotto dall'egoismo, da fallaci passioni mondane. Solo se uno incontra il vero Maestro può essere benedetto dal suo sguardo misericordioso, altrimenti rimane nelle tenebre.

Il Verbo non cambia mai. Quando il vostro amico viene oggi con un vestito bianco, domani con uno giallo, il terzo con uno marrone, non lo riconoscerete? Spero che lo riconoscerete e non lo abbandonerete... Quando i Maestri vengono nel mondo, non vi fanno abbandonare la vostra religione. Non vi inducono ad abbandonare la società e la comunità in cui vivete perché rispettano tutte le religioni e tutte le società. L'unica differenza tra gli insegnamenti dei Maestri e quelli delle religioni, è che le religioni ci tengono occupati nei riti e nelle cerimonie esteriori, mentre gli insegnamenti dei Maestri no. Chi segue gli insegnamenti dei Maestri attraverserà questo oceano dell'esistenza come il ferro galleggia sul legno.

Beata è la famiglia che ha dato nascita al Maestro. Beata la terra che l'ha visto nascere. Beata la terra che lo accoglie e lo nutre. Beato il popolo che onora le sue parole e si sforza di seguire i suoi insegnamenti. Come il sole, il Maestro appare all'orizzonte e glorifica per prima la terra da cui appare, ma poi ogni contrada riceve la sua luce e le sue benedizioni. Solo chi si nasconde cercando l'ombra e l'oscurità gli rimarrà estraneo. E come il sole, il Maestro non rimane con voi sempre, ma alla fine del suo viaggio scompare all'orizzonte, perché la pigrizia non induca il popolo a trascurare di approfittare

di ogni momento della sua luce. Se il sole non tramontasse mai, la gente finirebbe con il non notarlo più e nel rimandare sempre a più tardi i lavori che ha da fare. Quando invece il sole volge al meriggio, il contadino si affretta a terminare l'aratura, l'artigiano si affretta a terminare la sua opera, il venditore abbassa i prezzi della sua merce per venderla più in fretta, affinché il crepuscolo non li colga impreparati ed abbiano da smarrire la strada per tornare a casa.

Ci sono due tipi di Maestri. I primi vengono inviati direttamente dal Signore, e provengono dalla Casa Eterna. I secondi sono coloro che ottengono la conoscenza dai Santi provenienti dalla Casa Eterna e con i loro sforzi raggiungono la perfezione. Entrambi sono veri Maestri: una lampada viene accesa da una lampada e non c'è differenza nella loro luce."

Un uomo chiese: "O Maestro, dicci come mai nel mondo ci sono tanti empì e peccatori."

Il Profeta rispose:

"Beato l'uomo che non segue il consiglio degli empì, non indugia nella via dei peccatori e non siede in compagnia degli stolti, ma si compiace nella legge del Signore, la Sua legge medita giorno e notte. Sarà come l'albero piantato lungo un corso d'acqua, che darà frutto a suo tempo e le sue foglie non cadranno mai, riusciranno tutte le sue opere.

Non così, non così gli empì, ma come pula che il vento disperde, così non reggeranno gli empì nel giudizio, né i peccatori nell'assemblea dei giusti. Il Signore veglia sul cammino dei giusti, ma la via degli empì conduce alla rovina. Essi sono come ciechi che guidano altri ciechi, e tutti cadono nel burrone.

Nel cuore di alcuni vi è falsità e questa essi praticano in continuazione, come seminano, così otterranno i frutti. Di fronte agli altri parlano dolcemente ma nell'intimo c'è veleno. Desiderano la virtù dei santi e bruciano nel fuoco dell'egoismo, perché non sopportano di vedere la gloria altrui. Chi pratica la calunnia perde tutto quello che ha acquisito, profitto e capitale, e sarà condannato nella Corte del Signore. Gli ipocriti vanno ad inchinarsi di fronte al Maestro, ma non sono sinceri e serbano la falsità nel cuore. Guardate la gru: sembra un grande asceta, lì immobile in piedi nell'acqua, con una zampa ripiegata, sembra intenta alla pratica dell'ascesi per controllare il corpo e il respiro nella meditazione sul Supremo. Ma a che cosa sta pensando? Sta solo pensando come riuscirà ad acchiappare un pesce. Lasciate che un pesciolino abbastanza grosso le si avvicini, e la natura della sua meditazione sarà rivelata.

Molti discepoli sono come le mosche: si affollano attorno al Maestro solo per infastidirlo e per succhiare il suo sangue. Questi discepoli sono attratti dalla sporcizia quanto dai dolci, e si dedicano volentieri alla calunnia e alla critica degli altri. Quando il Gioielliere li guarderà molto attentamente saranno rivelati come falsi. L'Angelo della Morte li presserà come i semi di sesamo in una macina d'olio: ci sono molti dolori negli inferi profondi, che sono luoghi per l'ingrato."

E un ragazzo disse: "Maestro, mostraci la via che dobbiamo seguire."

Il Profeta disse:

"Esistono due Vie: una conduce alla vita e l'altra alla distruzione. Entrate per la porta stretta, perché larga è la porta e spaziosa è la via che conduce alla perdizione, e molti sono quelli che entreranno per essa; quanto stretta invece è la porta e angusta la via che conduce alla vita, e quanto pochi sono quelli che la trovano! Non abbiate paura del giudizio del popolo, delle critiche dei malevoli, dei rischi e delle incertezze. La vostra sincerità sarà la vostra guida costante. Seguite sempre il vostro cuore, che sa quello che è giusto e quello che non è giusto. Dio ha scritto nel vostro cuore col Suo dito la Legge eterna che vi conduce sempre alla via giusta.

Non passate tutta la vita a desiderare vanamente. Abbiate il coraggio di agire seguendo il vostro cuore. E' meglio fallire o morire seguendo la via del cuore piuttosto che compiere perfettamente nel mondo un ruolo che non soddisfa il nostro cuore e lascia i nostri desideri frustrati e scontenti. A che serve essere con il corpo in un luogo, con la mente in un altro, e con il cuore in un altro ancora? Che tutto il tuo essere sia integro, che la mente segua il cuore, e che il corpo segua la mente, e tutto il tuo essere si impegni sinceramente e con amore nel fare ciò che fai.

I desideri al principio sono un aiuto. Lascia che la tua intelligenza guidi il tuo carro e prenda in mano le redini dei sensi: controlla la mente utilizzando i desideri per progredire nella conoscenza e nella saggezza. Quando avrai constatato la natura effimera dei desideri di questo mondo, allora nascerà in te un desiderio immenso, eterno, divorante, per la riconquista della beatitudine. Quando abbiamo oltrepassato i godimenti, allora abbiamo la beatitudine. Il desiderio fu un aiuto; il desiderio è l'ostacolo.

Questa vita ti viene offerta affinché tu sperimenti diverse situazioni e condizioni, e guadagni il Sapere. Quando abbiamo oltrepassato il sapere, sotto le sue varie forme, abbiamo allora la conoscenza. La ragione fu un aiuto; la ragione è l'ostacolo.

Quando il desiderio immenso, illimitato, sarà nato nel tuo cuore, da tutte le tue esperienze passate, allora nutrilo con la consapevolezza e l'amore. Trasforma lo sforzo in un'onda regolare e sovrana di forza d'animo; che tutto in te sia forza cosciente. Tale è il tuo scopo. Tutto è spirito ed è stato creato attraverso lo spirito. Il controllo dello spirito è l'esercizio più importante. Controlla la mente e i desideri: fai del tuo spirito un servo devoto e non uno schiavo ribelle.

Nulla si può senza il sapere, eppure tutto si può ottenere per mezzo dell'amore puro. La cosa più importante nella vita è la fede. Bisogna avere la fede e il coraggio di incominciare. Incominciare ad amare, incominciare a cercare, incominciare a disciplinarsi.

Il viaggio più lungo comincia col muovere il piede di un passo. Fate un passo verso il divino, e il divino ne farà dieci verso di voi. "

Una donna chiese come fosse possibile diventare ricchi.

Il Profeta rispose:

"Anche se raccogliete la ricchezza del mondo intero, tuttavia la vostra brama non sarà soddisfatta. La vera ricchezza non si misura in possedimenti materiali. La vera ricchezza consiste nell'essere sinceramente soddisfatti di ciò che si possiede, siano pure soltanto un modesto abito e una ciotola per l'elemosina. La vera ricchezza sta nel non crucciarsi quando si perde anche quel poco che si ha, perché l'universo intero è a nostra disposizione per sostenerci. Ogni giorno noi ricominciamo una vita nuova, e ogni giorno nuove scelte si presentano a noi perché possiamo dirigere il corso della nostra vita. Lavora sinceramente e gioiosamente; ama il tuo lavoro, concentrati su ciò che fai e metti il cuore e la tua energia interiore. Rispetta le ricchezze che già possiedi: ogni moneta è degna del tuo rispetto e della tua adorazione, poiché è la manifestazione della Ricchezza stessa, il seme di un'opulenza infinita.

Non affannarti per cercare di accumulare ricchezze, perché l'universo sostiene coloro che lavorano in armonia con esso. Cerca il Regno di Dio e fai il bene: tutto il resto ti sarà dato in sovrappiù. Guarda i gigli dei campi: essi non tessono e non filano, eppure nemmeno gli antichi imperatori in tutta la loro gloria poterono vantare una veste più splendida della loro. Accontentati di un cibo semplice e sano, senza affannarti per acquistare cibi raffinati e rari. Non vale forse il corpo più del vestito, e non vale forse la vita più del cibo?

Il Regno di Dio sostiene la tua vita e il tuo corpo. Il Regno di Dio è come un seme piccolissimo di fico, che contiene l'intero albero e gli innumerevoli frutti che produrrà, ciascuno contenente moltissimi semi, che a loro volta contengono ciascuno un albero completo.

Il Regno di Dio è stato seminato nel cuore di ognuno. Non è necessario andare molto lontano per trovarlo, non è necessario correre qua e là per raccogliere i suoi frutti. Dovunque la Vita ti porti, là è il Regno di Dio. Coltiva quest'albero, e i suoi frutti ti nutriranno in questa vita e nella prossima."

E una vecchia disse: "Maestro, dicci qual è la vera religione".

Il Profeta rispose:

"Dio è Spirito, e chi Lo adora deve adorarlo in Spirito e Verità. Non cercate mai di giudicare la relazione che il vostro vicino ha con Dio! E' impossibile da vedere esteriormente. Solo le persone illuminate sono capaci di stabilire i principi della religione. Se tu cercherai di giudicare il tuo vicino o la tua vicina per stabilire quale sia la religione migliore, se la tua o la sua, commetterai peccato contro lo Spirito. Cerca la religione di tutte le religioni, quella che sta scritta nel tuo cuore, e sappi che i suoi principi sono uguali a quelle di tutti gli altri. Dio guarda tutti allo stesso modo, ma ognuno riceve

secondo la propria ricettività. Non giudicare se non vuoi essere giudicata, non condannare se non vuoi essere condannata.

Anche tu sei minuscola e ignorante agli occhi di Dio, piena di errori ed imperfezioni: persino i grandi saggi e i santi si umiliano dinanzi a Dio, dichiarando la propria indegnità. Come potrai tu giudicare il tuo fratello o la tua sorella? Lascia questo difficile compito agli Angeli di Dio, che leggono ad ogni istante nel cuore di Dio e conoscono la Sua volontà.

Attenta a non distrarti dal tuo cammino per guardare il cammino della tua vicina: inciamparesti su un sasso e finiresti per terra. Guarda attentamente dove metti i piedi, perché questo è il tuo cammino, e tu ne sei responsabile. Le pietre del cammino dei tuoi vicini non ti riguardano, se non per portare soccorso quando ti viene richiesto.

Dio spezza continuamente i nostri schemi di convinzioni perché possiamo crescere e liberarci. Non abbiate paura di cambiare, di passare a nuovi modelli di pensiero, perché quando non avremo più la capacità di imparare in questa vita, la vita ci spingerà fuori dal corpo verso un nuovo corpo, dove saremo costretti daccapo ad imparare di nuovo.

Il Maestro non vi dice ciò che vorreste sentire, ma ciò che avete bisogno di sentire. Ascoltate attentamente, e comprenderete la risposta alla vostra domanda.

Dio è Vita, Dio è Amore. Dio è la forza che spacca il guscio del seme affinché il seme possa germogliare e crescere. Per germogliare, il seme deve essere seppellito e il suo frutto deve marcire. Crescere significa abbandonare qualcosa che è troppo stretto e lasciare che la Vita ci porti dove vuole. Nessuno smette mai di crescere. Non è possibile, nemmeno se lo vogliamo.

Dio e la religione sono due cose diverse.

Le organizzazioni religiose formali sono fatte di politica, programmi, pratiche, rituali e persone, perciò non possono dare un senso di valore intrinseco o una sicurezza permanente. Le tradizioni religiose sono limitate a un gruppo di persone, a una cultura, a un popolo, a un modo di vedere le cose. Dio non è limitato da nulla di tutto ciò. Dio abita nel cuore del sacerdote serio e sincero e anche nel filo d'erba, nello spazio sconfinato e all'interno di ogni atomo, nelle chiese, nei templi, nelle sinagoghe, nelle moschee, ma anche in ciascuna casa e nel cuore di ciascun essere vivente.

Non è possibile legare Dio e chiuderlo in un tabernacolo: Dio Si lascia legare solo dall'amore, e l'unica prigione che può rinchiuderLo è il cuore del Suo devoto sincero."

E un uomo d'affari chiese: "Maestro, su che cosa dobbiamo basare la nostra vita?"

Il Profeta rispose:

"A seconda di ciò che consideri importante, tu farai le tue scelte. Costruirai la tua casa sulle fondamenta del tuo essere e della tua identificazione.

Se il piacere è la cosa più importante della tua vita, ti sentirai sicuro solo quando sarai circondato da oggetti di piacere, ma la tua sicurezza sarà effimera, illusoria, e a ogni

istante potrà essere spazzata via dal vento del tempo e dalle maree delle relazioni. Non sarai mai felice, perché cercherai sempre di sfruttare tutto e tutti, e dovrai vedertela con innumerevoli altre persone che hanno quello stesso scopo nella vita.

Se la tua vita è centrata sui nemici, vivrai sempre in reazione a quello che fanno gli altri e non avrai mai nessuna vera felicità. Non avrai nessuna sicurezza e nessun potere su te stesso: avrai regalato il potere sulla tua vita proprio a coloro che odi maggiormente. Perderai il tuo tempo prezioso a cercare conferme e appoggio da persone sciocche e inutili che non potranno veramente aiutarti in nulla, perché hanno la stessa mentalità e devono anch'esse subire gli stessi problemi. Il tuo giudizio sarà ristretto e distorto, e la tua energia verrà risucchiata dalla collera, dall'odio, dal risentimento e dalla vendetta, dal desiderio di distruzione e di sofferenza. Sprecherai la tua vita in cose di nessuna importanza, affannandoti a percorrere di corsa una strada rovente sotto un sole che brucia, senza mai notare i diamanti nascosti nell'erba sul ciglio della strada, l'ombra accogliente degli alberi, le sorgenti cristalline e sussurranti.

Se la tua vita è basata sul denaro, il valore che darai a te stesso sarà direttamente proporzionale ai soldi che possiedi, e sarai estremamente vulnerabile ad ogni soffio del vento della vita che può toglierti tutto in un attimo. La tua visione sarà limitata e il tuo giudizio sarà distorto dal desiderio di accumulare e perderai il succo della vita, accumulando i noccioli invece della polpa del frutto; circondato dalle ricchezze sarai sempre povero; circondato dal cibo sarai sempre affamato.

Se la tua vita è basata sui possedimenti materiali, le tue ansietà non avranno fine. Continuerai a paragonare i tuoi beni con quelli del tuo vicino per stabilire chi è più saggio e potente, e perderai tempo a fare la ruota come un pavone per mostrare a tutti le tue piume, stimolando così gli animali da preda. Le tue relazioni saranno basate sull'ipocrisia e sulla discordia e sul desiderio di posizione sociale: dovrai vedertela con innumerevoli altre persone che desiderano anch'esse diventare il numero uno.

Se le tue fondamenta sono ancorate al lavoro, ti identificherai con il ruolo che svolgi nella società, e ti sentirai a tuo agio solo quando sei al lavoro. Il lavoro sarà la tua vita e il tuo anestetico, le tue azioni saranno limitate dai tuoi schemi mentali e da una miriade di altre condizioni estremamente effimere e limitanti. Che ti accadrà se un giorno la situazione sarà diversa? Se sarai licenziato, crollerà il mercato, andrai in pensione, diventerai un invalido?

Se la tua vita è la famiglia, la tua sicurezza sarà basata sull'accettazione da parte dei tuoi familiari e sulla soddisfazione delle loro esigenze: ogni giornata sarà una sfida, perché è impossibile soddisfare completamente un'anima condizionata. L'anima condizionata vuole di più e sempre di più, e non ci sono limiti ai desideri umani. L'effimera e soggettiva reputazione della tua famiglia sarà la base del valore che dai a te stesso: un errore da parte di un familiare, un rovescio di fortuna, una disgrazia imprevista e la tua vita sarà spezzata. Agirai sempre per compiacere la famiglia invece che seguire il tuo cuore e la tua chiamata, e non vivrai mai la tua vita, ma sempre la vita di qualcun altro.

Se tutto il tuo essere è centrato sull'amore sessuale, sarai estremamente vulnerabile a come vieni trattato e al pericolo di perdere il centro del tuo mondo. Sarai legato da ciò che ti aspetti di ricevere, da ciò che vorresti vedere riflesso negli occhi dell'altro. I sentimenti, le emozioni, gli umori, i conflitti, le piccole manie, le trascuratezze, i piccoli tradimenti saranno il tuo piccolo mondo, e giorni, settimane, mesi ed anni scivoleranno tra le tue dita come nastri di seta.

Che ti rimarrà, alla fine, quando tutto sarà freddo e insipido? Dovrai aprire la porta e uscire fuori. Che cosa troverai? Quello che eri prima, quello che sarai, quello che sei sempre stato sotto la cenere del tuo fuoco, sotto la crosta del tuo corpo e della tua mente.

Se la tua vita sono gli amici, la tua posizione sociale sarà la misura del tuo valore, e dipenderai eccessivamente dalle opinioni altrui. Gli amici vanno e vengono, e le relazioni di amicizia sono basate sugli interessi in comune.

Quando cresci, i tuoi interessi cambiano, e che ne sarà delle tue amicizie di una volta? L'imbarazzo sarà il tuo compagno costante, perché avrai paura di essere te stesso quando gli altri danno valore a comportamenti e principi diversi e si aspettano da te ciò che non sei. Agirai solo per avere l'approvazione del tuo branco, e non sarai mai libero di correre da solo nei prati.

Se ti basi soltanto su te stesso, la tua sicurezza sarà in costante divenire, senza radici e senza ancoraggi. L'ego sarà il tuo punto d'appoggio, l'individualismo la tua bandiera, il vantaggio personale l'ormeggio al molo della vita.

Esaminerai ogni cosa, ogni situazione, ogni avvenimento, ogni circostanza solo sulla base delle ripercussioni che avranno su di te e sulla tua situazione, e la tua capacità di azione sarà limitata solo alle tue risorse, senza il potere sinergico della collaborazione e della crescita insieme.

Se la base della tua vita è la tradizione religiosa o la comunità nella quale vivi, la tua sicurezza sarà costituita dal rispetto che ricevi dalle persone della tua comunità o dall'autorità. Cercherai continuamente etichette e definizioni, cercando di stabilire la superiorità del tuo gruppo sopra tutti gli altri.

I dogmi e le aspettative della tua comunità saranno la guida delle tue azioni, delle tue parole e dei tuoi pensieri. Disegnerai un doppio cerchio attorno a te, e ti imporrà di non oltrepassarne i limiti: ecco un bel modo di mettersi in prigione da soli.

E dalla tua prigione, più o meno spaziosa, osserverai le altre celle e giudicherai le loro dimensioni, la virtù dei loro occupanti, l'antichità della costruzione o la ricchezza delle decorazioni.... ma non sono che celle, e coloro che vi si arroccano non sono che galeotti e prigionieri.

Se la tua vita è basata sul passato o sul futuro, vivrai come attraverso un sogno, senza mai respirare il profumo del presente, come in una campana di vetro che ti isola da tutto e da tutti. Rimarrai prigioniero delle tue proiezioni interminabili, e sprecherai la vita in vani rimpianti o fantasticherie, in sciocchi rancori o timori. Il passato non c'è più, il futuro non c'è ancora! Vivi il presente, qui e adesso: è qui che siede la realtà, eternamente.

Se le fondamenta della tua vita saranno ancorate alla tua coscienza e alla tua consapevolezza, avrai un terreno solido, roccioso, che non sarà disturbato dalla pioggia e nemmeno dai terremoti. Davanti ai cambiamenti, resterai ancorato a ciò che non cambia mai, alla tua anima eterna, che non è turbata dalle circostanze esteriori e dalle condizioni buone o cattive che tutti devono incontrare nella vita.

I principi veri della vita sono esperienza diretta, solida, che manifestano la loro validità in ogni situazione e ti accompagnano in ogni crescita e ogni trasformazione rendendoti una meravigliosa avventura, ti aiutano a comprendere te stesso e gli altri, e a utilizzare e ad amare il piacere, il denaro e i possedimenti materiali, il lavoro e la famiglia, le relazioni con gli amici e i cosiddetti nemici, l'amore con il compagno o la compagna della tua vita, la tradizione religiosa e la comunità a cui appartieni, e l'ego che ti sostiene nella lotta quotidiana come un'armatura. Apprezzerai il passato per le lezioni che ti ha offerto e il futuro per lo spazio che apre davanti a te.

Scegli dunque ciò che è veramente importante per te. Le cose importanti non devono mai essere lasciate in balia di ciò che è meno importante. Metti per prime le cose che devono essere messe per prime, e non farti ingannare dalla paura, dall'avidità, dalla rabbia.

Vendi la tua intelligenza e compra l'intuizione.

Pensa con il cuore e percepisci i tuoi sentimenti con il cervello: cerca di comprendere il motivo del tuo comportamento e la tua posizione.

La nostra posizione in questo mondo è sempre instabile come una goccia d'acqua su una foglia di loto: la compagnia di un essere divino, anche per un solo istante, può salvarci dall'ignoranza, facendoci assaporare il gusto del presente e della nostra vera natura."

E un ragazzo disse: "Maestro, parlatemi della virtù."

Il Profeta rispose:

"La virtù è fare ciò che è giusto, momento per momento. Tutti possono sbagliare. Si sbaglia per ignoranza, per stupidità, per distrazione, per noia, per disperazione. Si imbrocchia una strada che invece di portarci fuori dal labirinto ci chiude sempre più in mezzo, sempre più profondamente, in modo che ci sentiamo sempre più confusi.

La virtù è avere il coraggio di ricominciare, di affrontare se stessi, di rialzarsi e ripulirsi dopo essere caduti. La virtù è avere l'amore di tendere la mano e di dire una parola gentile. La virtù è avere la chiarezza mentale per difendere la verità e la giustizia.

Chi parla in modo altisonante della virtù in pubblico e non la pratica in privato è un imbroglione e un ciarlatano, e otterrà presto ciò che si merita, perché gli Angeli del Signore non sono ciechi, e provvedono a ogni cosa, a suo tempo.

I vecchi che parlano solennemente di astinenza e disciplina ai giovani sono come una campana spaccata, perché non sopportano di vedere un altro fare facilmente ciò che loro stessi vorrebbero fare ma non possono più. Chi li ascolterà? Chi li onorerà? Ogni parola che dite, ogni azione che fate viene scritta nel grande Libro della Vita. Sarete pesati sulla

bilancia: le vostre parole su un piatto e le vostre azioni sull'altro. Fate in modo che le vostre azioni pesino più delle vostre parole!"

E un bambino disse: "Maestro, maestro, che cosa succederà nel futuro?"

Il Profeta rispose:

"Il futuro è in continuo movimento, e viene creato ad ogni istante da ciò che fai o che non fai. Il Futuro è scritto ma può cambiare, perché il libro sul quale è scritto è un libro di acqua e di sabbia, e solo chi possiede la vera visione può leggerlo.

Tutti noi viaggiamo nella corrente di un grande fiume, possente e maestoso, che trascina le pagliuzze e le grandi barche cariche di gente e di merci.

Il fiume scorre eternamente, in un eterno presente, dalla sorgente al delta, ed è facile prevederne il corso. Ma ognuno di noi, sulla sua barchetta, si trova ad affrontare ogni giorno i gorghi della corrente, e viene trasportato via via in rapide, insenature, anse del fiume.

Possiamo affondare o rimanere a galla, possiamo remare assiduamente per dirigerci verso l'altra riva quando ci troviamo in un punto aperto e spazioso e cambiare così completamente il nostro panorama oppure restare sempre lungo la stessa riva, possiamo approdare e accamparci per qualche tempo su una riva o sull'altra o su qualche isola in mezzo alla corrente, possiamo aggrapparci ai rami degli alberi che crescono sulla riva e trarci fuori dalla corrente impetuosa.

Possiamo metterci tutti insieme a costruire una diga, e possiamo persino deviare il corso del fiume scavandogli un nuovo letto.

Possiamo tenere ben aperti gli occhi e viaggiare sul fiume o persino volare sopra di esso, per averne una visione più ampia. Possiamo vedere ciò che stanno facendo gli altri naviganti, e aiutarli oppure ostacolarli.

Ma sempre viaggeremo dalla fonte al delta, e sempre arriveremo al grande Mare.

Al Mare! Al Mare!

Dove l'immenso flusso e riflusso delle maree crea la vita e la distrugge, eppure il Mare è sempre eterno e immutabile, e ricco di vita.

Dove perle e pietre preziose scintillano nella sabbia della spiaggia per chi le sa vedere, dove ogni cosa sembra fondersi e scomparire ma continua ad avere una vita propria e un'individualità, nuotando nell'immenso azzurro, tra onde e flutti, in un'infinita varietà meravigliosa.

Dove tutti i fiumi convergono, e non c'è più differenza tra un fiume e l'altro, ma tutti diventano Mare.

Così non devi avere paura del futuro. Goditi il tuo viaggio sul fiume, perché sta' sicuro che non affogherai. Ti bagnerai forse, per un po' rimarrai senza fiato o potrai prenderti un'infreddatura, ma potrai anche stenderti sulla riva a riposarti al sole e mangiare le fragole selvatiche e la menta che crescono nell'erba sugli argini.

Conoscerai altri viaggiatori, che la corrente porterà accanto a te per qualche tempo, e potrete imparare insieme molte cose, finché la corrente non vi dividerà di nuovo, per farvi incontrare altri amici, o farvi incontrare nuovamente tra vecchi compagni.

Se vuoi conoscere il futuro, osserva attentamente il presente.

Sollevati dalle tue limitate visioni quotidiane e alzati in volo sopra il fiume, impara a volare e guarda l'orizzonte. Il futuro è aperto per tutti coloro che vogliono guardare, non ci sono sigilli.

Ecco, siete liberi di scegliere il vostro futuro, ma dovrete remare per raggiungerlo, altrimenti la corrente vi porterà dove non vorreste. Il fiume è giunto ora a una diramazione importante: quale sceglierete? Preparate i vostri remi e decidete presto, perché la corrente non si ferma mai.

Remate, fratelli e sorelle, remate con impegno e guardate attentamente il corso del fiume. Ecco, ora sta a voi decidere verso quale riva dirigervi, perché questo determinerà quale diramazione percorrerete nel futuro. Il fiume rimarrà sempre, eterno e maestoso, ma forse pochi galleggeranno ancora nella corrente accanto a voi.

Attraverserete lande deserte e sterili, dove le pietre sono calcinate dal grande calore, e dove l'acqua del fiume si farà torbida e fangosa. Sulle rive gli animali da preda vi fisseranno famelici, e vedrete fuochi nella notte sulle rive.

Qualche freccia potrebbe fischiare verso di voi, ma la corrente vi trasporta velocemente e ben presto le terre oscure saranno un ricordo.

Rimanete a galla! Aiutatevi l'un l'altro! Mantenete l'occhio attento e la mano ferma sul timone! Non abbiate paura: anche se farete naufragio, potrete ricostruire una nuova barca e salpare di nuovo. Il viaggio continua sempre, fino al Mare."

E una donna gli chiese: "Maestro, chi sei tu?"

Il Profeta rispose:

"Io sono la mano di Dio che scrive sul muro della vostra casa. Io sono la Voce di uno che grida nel deserto: preparate le vie del Signore, perché finalmente il giorno è venuto. Perché aspettarne un altro?"

Io sono la spada di Dio, forgiata nel fuoco della sofferenza e nell'acqua delle lacrime, per tagliare il nodo dell'illusione. Io sono la compassione di Dio che continuamente chiama i Suoi figli e le sue figlie perché tornino a casa, dove sono già attesi dall'inizio dei tempi. Io sono il seminatore che ara il suo campo e getta il seme sperando che gli uccelli non lo divorino, che la pioggia lo renda fertile e che il sole lo faccia crescere alto e pesante di chicchi. Io sono soltanto uno dei molti fratelli e sorelle che percorrono la Terra per portare la buona notizia. Voi siete liberi. Oggi stesso potete entrare in possesso della vostra eredità. Il peccato è stato vinto, l'ignoranza è stata vinta, e voi potete percorrere la strada che sceglierete.

Non dite, lui è un prescelto, è un santo, una persona speciale. Non dite, io sono un peccatore e non potrò mai redimermi.

No, fratelli e sorelle, tutti siamo fatti della stessa argilla, e tutti dobbiamo cuocere nel forno del Vasaio perché la nostra forma acquisti utilità e possa contenere qualcosa.

Io sono vostro fratello nel pianto e nella gioia, nel bisogno e nella libertà, nella carne e nel sangue.

Sono vostro fratello nel viaggio della vita, e il messaggio che vi consegno oggi vi rende messaggeri a vostra volta.

Io sono il vostro futuro. Non abbiate paura di voi stessi.

Amatevi e riconoscetevi per quello che siete veramente, e lasciate che il vostro sé sbocchi sotto i raggi del Sole.

Ah, che delizioso profumo, l'anima che sboccia nel suo mattino luminoso!

Che colori meravigliosi, che sfumature delicate! Che meraviglia infinita! Che potenza inconcepibile! Non sapete che Dio ha creato l'essere vivente a Sua immagine?

Se diecimila soli si levassero tutti insieme nel mattino e risplendessero sulle acque, forse potreste avere un'idea della gloria del vostro Sé.

Se canti di angeli e di sfere celesti risuonassero su tutta la Terra, forse potreste avere un'idea del suono della vostra anima.

Avete dimenticato chi siete, e perciò non amate voi stessi. Guardate all'interno di voi stessi, e scoprirete il Regno di Dio. Io sono solo una voce."

Mentre il sole scendeva sull'orizzonte, il Profeta tacque ed abbassò il capo. Il silenzio scese dolcemente come il crepuscolo, e tutti erano pervasi dalla gioia e dalla tristezza.

Ed ecco, volsero lo sguardo verso il Sole, che scompariva lentamente dietro le colline, per andare a dormire in attesa di un nuovo mattino.

Pensarono alla gloria del Sole e alla luce del domani, alle nuvole e alla pioggia, al lavoro dei campi, ai giochi e alle danze nei cortili della festa.

Il Sole scomparve dietro le colline azzurre e scese la Notte.

Ed ecco, volsero lo sguardo in mezzo a loro, e il Profeta se n'era andato, in silenzio com'era venuto.

IL LIBRO DELLA MORTE

Questo è il sacro Libro dei Morti, che traghetta l'anima attraverso l'oceano della morte e rinascita, offrendole numerose volte la possibilità di liberarsi e sottrarsi alla reincarnazione. Deve essere studiato, imparato e recitato regolarmente durante la vita da tutti coloro che desiderano effettuare il Grande Passaggio in modo consapevole e utile.

Infatti noi non sappiamo quali saranno le circostanze della nostra morte: forse potremo morire tranquillamente, nel nostro letto, circondato da persone affettuose, oppure potremo morire in solitudine, nella violenza e nella sopraffazione. In questo caso chi sarà il nostro officiante? Chi ci traghetterà verso l'infinito aiutandoci a superare l'oceano dell'attaccamento e dell'avversione?

Questo sacro Libro dei Morti deve essere recitato ripetutamente per chi sta morendo, affinché abbia la possibilità di liberarsi dal ciclo di nascite e morti, o almeno di evitare i piani inferiori di esistenza e ottenere una buona rinascita. Se è possibile, il moribondo deve effettuare il Grande Passaggio nella sua dimora, oppure in un ambiente calmo e tranquillo, circondato da affetto e incoraggiamento. Questo lo aiuterà a liberarsi dalla materia, anche se al momento della morte la persona è in coma o priva di coscienza.

Quando si avvicina la morte, il moribondo deve essere disteso in una posizione comoda sopra il suo letto, e circondato dalle sue proprietà, da amici e parenti e dai fratelli della fede. Attorno al letto devono essere poste le immagini sacre della sua fede, i libri sacri che ha studiato e onorato, e tutti gli oggetti sacri della sua fede. Sul suo corpo devono essere posti i simboli della sua fede e oggetti sacri. Sulle sue labbra devono essere poste delle gocce di acqua sacra o consacrata.

Quando tutto è compiuto, e tutti i presenti si sono seduti tranquillamente, l'officiante deve dare istruzioni agli assistenti (fratelli nella fede, amici o parenti del moribondo) affinché inizino a recitare a bassa voce delle preghiere, degli inni o delle meditazioni sulla Divinità tutelare del moribondo per elevare le vibrazioni del luogo e delle persone presenti; questa recitazione può continuare per tutto il periodo dei 4 giorni o dei 30 giorni o dei 49 giorni, che costituisce il periodo totale del Grande Passaggio.

Quando ha disposto tutto ciò, l'officiante deve iniziare a recitare il Libro dei Morti, ripetendo con pazienza e amore ogni passaggio numerose volte a seconda del bisogno:

O nobile figlio della luce, non temere la morte, perché essa non è che un passaggio da una situazione a un'altra, una semplice tappa del tuo viaggio. Tu sei l'abitante del corpo, e durante la vita in questo mondo la tua essenza sottile è legata al corpo fisico da una corda d'argento.

Questa corda d'argento è il legame con il piano grossolano, che tiene legato il corpo fisico al corpo astrale. Tutti escono dal corpo fisico in varie circostanze, potendovi fare ritorno velocemente grazie alla tenace corda d'argento, quando dormono e visitano i livelli astrali dei sogni, quando le sofferenze del corpo spingono l'essere ad estraniarsene o quando l'essere impara consapevolmente la pratica del viaggio con il corpo astrale nei livelli sottili sotto la guida del Maestro.

Il sonno è la piccola morte che tutti sperimentano ogni sera quando si addormentano, e dalla quale si risvegliano la mattina per tornare alle attività abituali. Nello stesso modo, tu ora lascerai i sensi di questo corpo pur continuando a vedere e a muoverti, come l'essere vede e si muove nei sogni senza usare braccia e gambe, e tenendo gli occhi chiusi; anzi, tu vedi e senti meglio di prima, poiché non sarai più limitato dai difetti e dalle carenze dei sensi grossolani, e il tuo aspetto sarà molto più bello di quando rivestivi un corpo di carne e sangue.

Ogni imperfezione sarà scomparsa, rimasta con l'involucro. Questo tuo corpo sottile, mentale, di cui sperimenterai ora la realtà, possiede una grande potenza, perché non è limitato dalla materia grossolana: potrai spostarti istantaneamente ovunque vorrai, avrai la possibilità di passare attraverso rocce, colline, pietre, terre, case, senza essere ostacolato. Nulla ti potrà essere d'impedimento, tranne l'utero di una madre: una volta entratovi, sarai imprigionato dagli elementi materiali e dovrai sviluppare di nuovo un corpo grossolano.

Tu continui a vivere, nobile figlio, tu continui a vivere anche senza bisogno di usare il tuo corpo grossolano. Il corpo fisico è un veicolo nel quale hai viaggiato, conoscendo la gioia e la sofferenza, e utilizzandolo per compiere la tua missione.

Ora la tua missione è terminata e tu sei libero di proseguire nel tuo viaggio verso la tua prossima missione o la liberazione dal ciclo di morti e rinascite. Congedati da questo corpo che ti ha servito bene, ma che ora non è più utile alla tua missione. Congedati da questo corpo e da tutto ciò che è legato a questo corpo.

In alcune circostanze, quando il corpo fisico diventa inutilizzabile a causa di un qualche incidente, di ferite gravi, di avvelenamento, di una malattia o della vecchiaia, questa corda d'argento si spezza, e l'essere si trova allora ad affrontare il Grande Passaggio, il passaggio da una vita all'altra.

Nobile figlio della luce! Non temere il Grande Passaggio, perché nulla di ciò che incontrerai su questo livello può esistere separatamente da ciò che esiste dentro di te. Guarda con fede e con amore alla Madre Morte, perché le zanne della tigre sono causa di terrore e disperazione per tutte le creature, ma danno gioia e sicurezza ai cuccioli della tigre. Accogli con serenità e fiducia questo passaggio inevitabile, che ti può condurre verso la gioia e la serenità, verso la cessazione di ogni sofferenza.

Quando una persona poco evoluta si rende conto dell'avvicinarsi della morte, potrebbe rifiutare la situazione, arrabbiarsi con il suo destino, sentirsi depressa o disperata, ma

deve superare queste fasi perché sono nocive alla destinazione successiva dell'anima. Accetta la tua morte imminente con fiducia e apertura mentale, perché il corpo fisico non è la tua vera identità né la tua vera casa.

Colui che vede l'avvicinarsi della fine della vita deve saper affrontare la morte senza paura e deve troncare i legami che lo trattengono al corpo materiale, a tutto ciò che è relativo ad esso e a tutti i desideri che ne derivano.

Hai completato un ciclo, e ora ti avvii a percorrere un ciclo nuovo. Approfitta della guida che il tuo maestro, i tuoi amici e i tuoi parenti ti offrono, e invoca la presenza delle tue guide spirituali, del tuo angelo custode, dei maestri che hai onorato e delle forme della Divinità che hai adorato.

L'officiante deve ora leggere la Meditazione sulla Divinità tutelare del moribondo, ripetendola numerose volte.

Poi deve passarla a un assistente (fratello nella fede, amico o parente del moribondo) affinché continui a leggerla mentre lui procede con le altre letture.

Quando la respirazione sta per cessare, la guida che assiste il moribondo deve avvicinarsi al suo orecchio e senza toccarlo, deve aiutarlo ad effettuare il Passaggio, ripetendo numerose volte queste esortazioni:

Nobile figlio della luce, è venuto per te il momento di cercare il Sentiero di cui hai sentito tanto parlare durante la vita in questo corpo che stai abbandonando.

Il tuo respiro sta per cessare, il tuo maestro ti ha messo di fronte alla chiara Luce, ed ora tu la conoscerai nella sua realtà, nello stato oltre la materia in cui tutte le cose sono come il cielo vuoto e senza nubi e in cui l'intelligenza senza macchia è come un vuoto trasparente, senza né circonferenza né centro.

In questo momento cerca di conoscere te stesso, nella tua vera natura spirituale di anima immortale ed eterna, e resta in questo stato di consapevolezza perché in essa non c'è paura né sofferenza, né odio né rimpianto, né collera né attaccamento.

Tu sei l'anima eterna, ora libera dal corpo materiale.

Ora i tuoi doveri in questo mondo sono terminati, e il corpo che è composto di elementi materiali torna a scomporsi negli elementi materiali di cui era stato fatto.

Non c'è più nulla che ti trattenga su questo mondo.

Hai fatto del tuo meglio per soddisfare i tuoi doveri, e non c'è più nulla che devi fare qui.

Congedati da questo corpo e da tutto ciò che è legato a questo corpo.

I tuoi amici e i tuoi parenti, presenti o assenti, desiderano che tu prosegua verso il tuo cammino senza paura e senza attaccamento, senza sofferenza e senza rimpianti.

I tuoi amici e i tuoi parenti, presenti o assenti, ti augurano felicità e fortuna nel tuo cammino e ti lasciano libero.

Procedi dunque verso la Luce, senza voltarti indietro, senza paura e senza attaccamento, senza sofferenza e senza rimpianti.

Tu continui a vivere e ad esistere, nella stessa vita, soltanto sei in una situazione diversa. Ciò che tu pensi al momento della morte sarà la base della tua prossima destinazione e ti condurrà verso la liberazione, oppure verso i livelli superiori o inferiori, oppure verso la prossima incarnazione buona o cattiva.

Scaccia dal tuo essere la paura, la collera, l'odio, il rimpianto, l'attaccamento. Appartengono al tuo vecchio corpo, del quale ora non hai più bisogno. Sei una farfalla che sta uscendo dal bozzolo, dal suo vecchio involucro di verme; ora puoi volare e non sei più costretto a strisciare sulla terra.

Sollevalti dunque da questo involucro che non ti può più servire, e prosegui nel tuo viaggio verso la felicità, che è la tua eredità naturale. Taglia ogni legame con questo corpo ormai inutile, e procedi nel tuo viaggio.

Quando il corpo smette di respirare, il cuore non batte più e il cervello non emette più radiazioni magnetiche, l'essere esce dal corpo e può vedere il suo corpo nel luogo della sua morte. Può vedere ogni cosa e sentire ogni cosa.

Tu ora lascerai i sensi di questo corpo pur continuando a vedere e a muoverti, come l'essere vede e si muove nei sogni senza usare braccia e gambe, e tenendo gli occhi chiusi; anzi, tu vedi e senti meglio di prima, poiché non sarai più limitato dai difetti e dalle carenze dei sensi grossolani, e il tuo aspetto è molto più bello di quando rivestivi un corpo di carne e sangue, è sano e integro.

Ogni imperfezione, ogni malattia, ogni deformità, ogni mutilazione è scomparsa, rimasta con l'involucro vecchio e inutile.

Questo tuo corpo sottile, mentale, di cui sperimenterai ora la realtà, possiede una grande potenza, perché non è limitato dalla materia grossolana: potrai spostarti istantaneamente ovunque vorrai, avrai la possibilità di passare attraverso rocce, colline, pietre, terre, case, senza essere ostacolato. Nulla ti potrà essere d'impedimento, tranne l'utero di una madre: una volta entratovi, sarai imprigionato dagli elementi materiali e dovrai sviluppare di nuovo un corpo grossolano.

Il corpo sottile che stai ora sperimentando possiede poteri miracolosi, che non sono tuttavia naturali, e non frutto di asceti e pratiche mistiche.

Tu sei ora in grado di attraversare in un istante tutti i continenti o di giungere istantaneamente nel luogo che desideri, nel breve tempo che un essere umano impiega per piegare o stendere la mano. Questi poteri diversi di illusione, di cambiamenti di forma, non desiderarli, non desiderarli! Nessuno di questi poteri ti è impossibile ora. Riconosci questa verità e prega il tuo maestro. Non desiderare questi poteri, perché ti possono tenere legato e confondere. Non desiderarli!

Gli esseri della tua stessa natura, essendo della stessa costituzione o dello stesso livello di coscienza nello stato intermedio si possono vedere reciprocamente; tu li puoi vedere ed essi possono vedere te. Non attaccarti a coloro che vedrai, ma medita sul Signore della Compassione.

Chi possiede questo corpo mentale vedrà i luoghi che gli erano familiari sulla terra e i suoi parenti, come si vedono in sogno.

Tu vedi il tuo sposo o la tua sposa, i tuoi genitori, i tuoi amici, i tuoi figli, i tuoi amici: parli con loro e non ricevi da loro nessuna risposta.

Allora, vedendoli piangere, vedendo piangere la tua famiglia e i tuoi amici, pensi: io sono morto, che cosa farò? E senti un grande dolore, come un pesce gettato fuori dall'acqua sopra carboni ardenti. In quel momento proverai tutta questa sofferenza.

Ma il soffrire non ti servirà a nulla. Se hai un maestro spirituale, pregalo. Pregha la forma della Divinità che hai adorato e servito in vita, il Signore Compassionevole.

Ma se senti dell'attaccamento per la tua famiglia o i tuoi amici, ciò non ti farà del bene. Non essere dunque attaccato. Pregha il Signore di Compassione: non avrai allora nessun rimpianto, nessun terrore, nessun orrore. Pregha il Signore e invoca il Suo Nome!

Nobile figlio della luce! Quando ti sentirai spinto qua e là dal vento dei tuoi attaccamenti e dei tuoi desideri, il tuo intelletto non avrà alcun appiglio su cui posarsi e sarà come una piuma sospinta dal vento.

A tutti coloro che piangeranno, dirai: io sono qui, non piangete. Ma siccome essi non ti udiranno, penserai: ecco, io sono morto, e in quel momento ti sentirai infelice. Non sentirti invece infelice!

Gli amici e i parenti devono aiutare l'essere che si appresta al Grande Passaggio assicurandogli una guida esperta e sicura, manifestandogli il loro affetto e le loro benedizioni per il viaggio che si appresta a compiere, liberandolo dai suoi obblighi e dai suoi legami terreni, senza rattristarlo con pianti e gemiti.

Ci sarà una grigia luce di crepuscolo, durante la notte e il giorno, ad ogni istante. In questa specie di stato intermedio tu potresti rimanere per una, due, tre, quattro, cinque, sei o sette settimane fino al quarantanovesimo giorno.

Sappi però che nulla ti trattiene in questo stato di sofferenza se non i tuoi attaccamenti e i tuoi desideri. Hai ventidue giorni di tempo per abbandonare tutto ciò che è collegato al tuo corpo precedente, e per liberarti entrando nella Luce.

Nobile figlio della luce! Gli attaccamenti e i desideri ora si dissolvono, perché la Luce ti chiama. Abbandona questo mondo senza rimpianto e senza dolore, perché tutto si svolge secondo la volontà suprema. Affidati alla volontà suprema della Divinità che ti protegge. Medita sulla forma della Divinità che hai adorato e sugli insegnamenti del Maestro che ti hanno guidato.

Nobile figlio della luce! Medita sulla tua Divinità protettrice (pronunciare il nome della Divinità). Non essere distratto. Concentra il tuo spirito sul tuo Dio tutelare. Medita su di Lui come se fosse il riflesso della luna sull'acqua, come se fosse un essere avente un corpo fisico. Medita sul Grande Signore di Compassione. La tua coscienza splendente è un frammento della Sua luce. Riconoscila ed entra in essa.

Quando la respirazione è sul punto di cessare bisogna girare il morente sul fianco destro, in modo che il battito delle arterie - a destra e a sinistra del collo - venga compresso.

Se il morente ha tendenza ad addormentarsi o se se viene preso dalla sonnolenza, bisogna svegliarlo e premere dolcemente ma con fermezza le arterie, in modo che la forza vitale non possa cadere nel nervo psichico mediano, e venga invece a risalire verso la Decima Porta del corpo, sulla sommità della testa, in quella parte che nei neonati è tenera al tatto, e attraverso la quale l'essere raggiunge la liberazione.

L'officiante deve eseguire lui stesso queste operazioni o delegarle ad un assistente o medico. L'officiante deve continuare a spiegare al moribondo il significato degli avvenimenti che si stanno verificando o che si verificheranno tra poco, affinché non sia confuso e intimorito:

Quando la respirazione cessa, la forza vitale cade nel centro nervoso del Sapere e l'anima sperimenta la chiara Luce della condizione naturale della sua natura libera.

Nelle persone non evolute la forza vitale viene spinta in corrente discendente lungo i nervi psichici; ma se il moribondo era un asceta, la forza vitale può invece essere in grado di risalire per uscire attraverso una delle aperture superiori del corpo.

La durata di questo stato può andare da un istante o da mezz'ora fino a tre o quattro giorni, a seconda del livello di coscienza di chi effettua il Passaggio.

Prima che la forza vitale si spanda nel nervo psichico sinistro, dopo aver attraversato il centro nervoso dell'ombelico, è dunque necessario esortare il morente a fare particolare attenzione al movimento della forza vitale e a spingerla verso l'alto in modo che possa giungere alla Decima Porta del corpo, dalla quale l'anima può accedere alla liberazione. In qualsiasi posizione si trovi la forza vitale del morente, è necessario spingerla verso l'alto in modo che le vibrazioni del corpo sottile siano più pure e leggere, e che l'anima possa venire attratta da piani di esistenza più elevati, fino a liberarsi dai legami della materia.

Nobile figlio della luce! Se tu concentri la tua attenzione sulla forma della tua Divinità tutelare, il tuo Passaggio sarà facile e veloce, e la tua Divinità ti guiderà personalmente. I Maestri che hai venerato ti appariranno e ti prenderanno per mano per aiutarti a scavalcare la soglia.

Non temere! Entra nella chiara luce di Dio! Entra nella splendente luce dello spirito! Sii una sola cosa con l'abbagliante luce dello spirito! Non lasciarti distrarre da nulla, dimentica tutto il resto, perché non ha più alcuna importanza adesso. Tu stai entrando nella tua vera dimora, la dimora dello spirito eterno e felice. Medita sulla tua Divinità tutelare e sui Maestri che hai venerato. Medita sul Grande Signore di Compassione.

Medita sulla chiara Luce che dissipa tutte le conseguenze delle tue azioni. Medita sulla chiara Luce che emana dal corpo del Grande Signore di Compassione.

Quando tutti i sintomi della morte sono compiuti, l'officiante deve dire all'orecchio del morente, numerose volte:

Nobile figlio della luce, non lasciare che il tuo spirito si distragga. Poiché ciò che si chiama la morte è arrivato per te, convinciti e di' a te stesso: ecco l'ora della mia morte. Traendo profitto da questa morte, agirò per il bene di tutti gli esseri coscienti che popolano le immensità illimitate dei cieli, per ottenere lo stato perfetto dell'illuminazione con l'amore e la compassione verso tutti gli esseri, dirigendomi con forza e determinazione verso la perfezione.

Dirigendo così i tuoi pensieri, specialmente in questo momento delicato che può dare la liberazione immediata dal ciclo di morti e rinascite, sappi riconoscere che tu sei questo stato e prendi la decisione di trarre il vantaggio supremo da questa condizione nella quale ti trovi, pensando: anche se non comprendo esattamente di che cosa si tratta, riconosco che mi trovo nello stato dopo la morte, e dirigendo la mia volontà apparirò in qualsiasi forma per il beneficio di ogni essere vivente.

Servirò gli esseri sensibili, infiniti nel loro numero come i limiti del cielo.

Tenendoti fisso a questa risoluzione, dovrai cercare di ricordarti quelle pratiche di devozione a cui eri abituato durante la vita.

Ora ricorda le pratiche di devozione che hai eseguito durante la vita.

O Creatore, ricorda ciò che il Tuo servitore ha fatto per Te. O Creatore, ricorda ciò che il Tuo servitore ha fatto per Te. O Creatore, ricorda ciò che il Tuo servitore ha fatto per Te.

Quando la respirazione è completamente cessata, si deve premere fermamente il nervo psichico del sonno (sul meridiano di agopressione) e bisogna ripetere diverse volte:

Nobile figlio della luce, tu entri ora nella chiara Luce primordiale, la Luce dello spirito puro, raggiunta dalle anime realizzate che non hanno desideri materiali, nella quale potrai riposare e cancellare ogni sofferenza e dualità, o proseguire verso i livelli spirituali e trascendentali di pura felicità, eternità e conoscenza, dove al cospetto del Divino potrai ritrovare la tua condizione originale e pura, non toccata da nascita o morte, da illusione o desiderio materiale, dove il tempo è eterno.

Riconosci questa pura Luce primordiale: la tua presente conoscenza nella realtà vuota, senza caratteristiche e senza colori è la vera realtà, il fondamento di tutto ciò che esiste. La tua intelligenza è la coscienza stessa, la luce dell'anima, la luce di Dio.

La tua coscienza non formata in nessuna cosa, lieta e brillante, è lo stato di perfetta illuminazione. La tua coscienza luminosa, inseparabile dal grande corpo di splendore che è l'origine dell'universo, è lo spirito divino. Cerca di restare nello stato che stai sperimentando in questo momento, e che hai studiato durante la tua esistenza terrena. Cerca di proseguire all'interno di questa Luce, che ti può portare alla liberazione suprema.

Questa chiara Luce che tu vedi è la luce dell'anima spirituale, la Luce che è fondamento e origine di tutti i mondi, la Luce di eternità e conoscenza che non è differente dalla tua essenza spirituale.

Penetrando all'interno di questa luce, abbandonando dietro di te la tua vecchia esistenza e i tuoi vecchi legami come un abito vecchio che non può più servirti, pensa alla forma di Dio che era oggetto della tua adorazione e della tua meditazione, e raggiungila. Penetrando all'interno di questa luce, abbandonando dietro di te la tua vecchia esistenza e i tuoi vecchi legami come un abito vecchio che non può più servirti, pensa alla forma di Dio che era oggetto della tua adorazione e della tua meditazione, e raggiungila.

Dopo aver ripetuto parecchie volte l'ultima frase, il maestro, gli amici e i familiari del defunto devono festeggiare e cantare degli inni religiosi e devozionali, affinché l'anima che si sta liberando possa venire incoraggiata a proseguire nel suo cammino verso la destinazione suprema.

Questa prima fase del rituale deve durare per quattro giorni, tranne che nel caso di persone sante o realizzate che abbiano mostrato segni miracolosi nel corso della loro esistenza o al momento della morte.

Nel caso di una persona che raggiunge immediatamente la liberazione al momento della morte, si potrà osservare qualcuno dei seguenti segni: il cielo sereno senza nubi, l'arcobaleno, un odore di incenso, una musica celeste, luci, o il ritrovamento di reliquie di ossa e forme nelle ceneri della pira funeraria.

In questo caso non è necessario proseguire oltre il rituale del Grande Passaggio, e si conclude l'osservanza del lutto da parte di amici e familiari.

Il corpo può essere bruciato o seppellito, e dopo aver fatto un bagno rituale ed aver purificato la casa, i familiari e gli amici non sono tenuti ad osservare alcun altro rituale.

Nel caso di una persona comune o non particolarmente realizzata, la salma deve essere vegliata effettuando la recitazione del Libro dei Morti, per un periodo fino a quattro giorni, o per un periodo più breve nel caso di pericolo di decomposizione o di infezione, oppure nel caso in cui il corpo sia gravemente mutilato o sfigurato.

In questo caso, è necessario provvedere immediatamente alla sepoltura o alla cremazione della salma.

Trascorso il periodo adeguato, la salma viene bruciata o seppellita, mentre proseguono gli inni religiosi e devozionali. Le ceneri del defunto possono essere sparse nei suoi campi, in un fiume sacro, in una foresta o sull'acqua di un lago, affinché il defunto si distacchi dalle vestigia della sua permanenza in quel corpo.

Le proprietà del defunto devono essere distribuite in carità ai poveri nel nome del defunto, affinché il defunto se ne distacchi: se vengono date ad amici o familiari il defunto potrebbe sentirsi ancora legato ad esse e venire ostacolato nel suo lavoro di distacco da questa vita.

Nel caso di una persona non particolarmente realizzata, che non abbia mostrato durante la vita o al momento della morte dei segni miracolosi, deve essere conservato soltanto un cambio d'abiti pulito, che verrà posto nella camera del defunto sopra un seggio con la sua fotografia o il suo ritratto, e davanti al quale si svolgerà la seconda parte del rituale.

Dopo la distribuzione ai poveri della maggior parte degli effetti personali del defunto, abiti, scarpe, letto, sedile abituale e oggetti che usava personalmente durante questa esistenza, gli amici e i familiari devono fare un bagno, cambiarsi d'abito e purificare la casa.

Gli amici e i familiari devono distribuire cibo consacrato ai poveri secondo le loro possibilità, e assicurarsi che durante tutto questo periodo proseguano gli inni religiosi e devozionali e la recitazione delle Scritture nella camera del defunto, davanti al suo cambio d'abito posto su un seggio.

Terminate queste cerimonie, l'officiante deve prendere in considerazione la possibilità che il defunto non sia riuscito a proseguire nel suo cammino per debolezza, paura o senso di indegnità, e deve quindi continuare a guidarlo.

In generale la maggioranza delle persone necessita di un periodo di tempo abbastanza lungo per terminare il Passaggio, poiché i residui dei suoi desideri e delle sue attività passate lo costringono a rimanere legato alla sua situazione precedente fino a un periodo di 49 giorni.

Assistito dai familiari e dagli amici del defunto, seduti attorno a lui anche a turno, l'officiante deve continuare a recitare le meditazioni del Passaggio e le Meditazioni sulla Divinità tutelare per l'anima del defunto, per un periodo di tempo variabile a seconda delle possibilità, da 3 a 30 giorni o anche a 49 giorni dal momento della morte.

L'officiante dovrà recitare:

Nobile figlio della luce! Al momento della morte l'essere umano abbandona il suo involucro fisico ed entra in un periodo intermedio tra una vita e quella successiva. In genere le persone non evolute si trovano completamente disorientate da questo passaggio, specialmente quando l'interruzione della vita è stata violenta.

Ci vuole del tempo prima di rendersi conto di non essere più nel corpo, perché ha un corpo del tutto simile a quello avuto nella vita precedente, solo che è fatto di materia sottile e non grossolana. L'anima può essere confusa, desiderare di rientrare nel corpo grossolano, di reintegrare il mondo a cui era abituata, di sfuggire all'ignoto che la aspetta e che probabilmente ha temuto per tutta la vita.

Per questo può accadere che volga le spalle alla luce e rimanga su un piano intermedio, come un fantasma, attaccato al suo vecchio corpo, alla sua vecchia casa, alla sua vecchia famiglia e ai suoi vecchi amici, e cerchi di comunicare con loro, ma non ne è capace perché non conosce ancora le capacità di questo suo corpo sottile.

Il corpo sottile non può interagire con la materia grossolana come faceva il corpo grossolano, non può essere visto o udito dalle persone incarnate non evolute se non in casi estremamente rari.

Non può toccare o essere toccato, abbracciare o essere abbracciato, non può mangiare né bere, ma vede e sente tutto ciò che accade e si può spostare con la velocità del pensiero. Questa stessa velocità e facilità di spostamento può portarti verso i piani inferiori o i piani superiori, a seconda dei tuoi desideri e della tua consapevolezza.

Tu hai lasciato il corpo grossolano pur continuando a vedere e a muoverti, come l'essere vede e si muove nei sogni senza usare braccia e gambe, e tenendo gli occhi chiusi; anzi, tu vedi e senti meglio di prima, poiché non sarai più limitato dai difetti e dalle carenze dei sensi grossolani, e il tuo aspetto è molto più bello di quando rivestivi un corpo di carne e sangue.

L'aspetto del tuo corpo è il tuo aspetto ideale, quello con il quale ti identifichi. Ogni imperfezione è scomparsa, rimasta con l'involucro grossolano ormai inutilizzabile. Questo tuo corpo sottile, mentale, di cui sperimenti ora la realtà, possiede una grande potenza, perché non è limitato dalla materia grossolana: potrai spostarti istantaneamente ovunque vorrai, avrai la possibilità di passare attraverso rocce, colline, pietre, terre, case, senza essere ostacolato.

Nulla ti potrà essere d'impedimento, tranne l'utero di una madre: una volta entratovi, sarai imprigionato dagli elementi materiali e dovrai sviluppare di nuovo un corpo grossolano.

Quando il corpo smette di respirare, il cuore non batte più e il cervello non emette più radiazioni magnetiche, l'essere esce dal corpo e può vedere il suo corpo nel luogo della sua morte. Può vedere ogni cosa e sentire ogni cosa.

Tu ora lascerai i sensi di questo corpo pur continuando a vedere e a muoverti, come l'essere vede e si muove nei sogni senza usare braccia e gambe, e tenendo gli occhi chiusi; anzi, tu vedi e senti meglio di prima, poiché non sarai più limitato dai difetti e dalle carenze dei sensi grossolani, e il tuo aspetto è molto più bello di quando rivestivi un corpo di carne e sangue.

Il corpo sottile che stai ora sperimentando possiede poteri miracolosi, che non sono tuttavia frutto di ascesi e pratiche mistiche.

Tu sei ora in grado di attraversare in un istante tutti i continenti o di giungere istantaneamente nel luogo che desideri, nel breve tempo che un essere umano impiega per piegare o stendere la mano.

Questi poteri diversi di illusione, di cambiamenti di forma, non desiderarli, non desiderarli!

Nessuno di questi poteri ti è impossibile ora.

Riconosci questa verità e prega il tuo maestro.

Gli esseri della tua stessa natura, essendo della stessa costituzione o dello stesso livello di coscienza nello stato intermedio si possono vedere reciprocamente. Non attaccarti a coloro che vedrai, ma medita sul Signore della Compassione.

Nobile figlio della luce! Chi possiede questo corpo mentale vedrà i luoghi che gli erano familiari sulla terra e i suoi parenti, come si vedono in sogno.

Tu vedi il tuo sposo o la tua sposa, i tuoi genitori, i tuoi amici, i tuoi figli, i tuoi amici: parli con loro e non ricevi da loro nessuna risposta.

Allora, vedendoli piangere, vedendo piangere la tua famiglia e i tuoi amici, pensi: io sono morto, che cosa farò?

E senti un grande dolore, come un pesce gettato fuori dall'acqua sopra carboni ardenti. In quel momento proverai tutta questa sofferenza. Ma il soffrire non ti servirà a nulla.

Se hai un maestro spirituale, pregalo.

Prega la forma della Divinità che hai adorato e servito in vita, il Signore Compassionevole.

Ma se senti dell'attaccamento per la tua famiglia o i tuoi amici, ciò non ti farà del bene. Non essere dunque attaccato.

Prega il Signore di Compassione: non avrai allora nessun rimpianto, nessun terrore, nessun orrore.

Tu vedrai la tua casa, i tuoi servitori, la tua famiglia, il tuo corpo e penserai: ora sono morto, che farò? Che cosa non darei per avere un corpo! E così pensando andrai errando qua e là per cercarne uno.

Anche se ti fosse possibile per nove volte di seguito entrare nel tuo cadavere, esso sarà gelato se è inverno, decomposto se è in estate, oppure la tua famiglia l'avrà portato alla cremazione o l'avrà sotterrato o gettato in acqua, oppure sarà stato lasciato agli animali da preda.

Così non trovando nessun posto nel quale entrare sarai contrariato e avrai la sensazione di essere premuto e tormentato tra crepacci e precipizi, tra rupi e rocce. L'esperienza di questa sofferenza ha luogo nello stato intermedio, quando si cerca di rinascere.

Allora, anche cercando il corpo, non troverai che dispiaceri. Rinuncia a questo desiderio di avere un corpo, lascia che il tuo spirito resti tranquillo e venga attratto dalla luce.

Nobile figlio della luce! Quando ti sentirai spinto qua e là dal vento dei tuoi attaccamenti e dei tuoi desideri, il tuo intelletto non avrà alcun appiglio su cui posarsi e sarà come una piuma sospinta dal vento. A tutti coloro che piangeranno, dirai: io sono qui, non piangete. Ma siccome essi non ti udiranno, penserai: io sono morto, e in quel momento ancora ti sentirai infelice. Non sentirti invece infelice!

Gli amici e i parenti devono aiutare l'essere in partenza assicurandogli una guida esperta e sicura, manifestandogli il loro affetto e le loro benedizioni per il viaggio che si appresta a

compiere, liberandolo dai suoi obblighi e dai suoi legami terreni, senza rattristarlo con pianti e gemiti.

A causa della tua visione non purificata, potresti lasciarti trasportare dalla collera, vedendo le azioni delle persone che vivono ancora, di coloro che ti hanno fatto del male o che parlano male di te.

Se ti lascerai trasportare dalla collera finiresti all'inferno. Qualunque cosa possano fare coloro che hai lasciato dietro di te, agisci in modo che nessun pensiero di collera possa tormentarti, anzi medita con amore su di essi e perdonali sinceramente. Anch'essi dovranno un giorno affrontare il Grande Passaggio.

Se ti sentirai attaccato ai beni del mondo lasciati dietro di te, o vedendo in mano altrui i beni che tu possedevi, ti ci attaccherai per debolezza; se sentirai collera verso i tuoi successori, questo sentimento eserciterà una tale influenza psicologica in questo momento che, anche se tu fossi destinato a nascere su un piano superiore più felice, saresti costretto a cadere nei piani inferiori.

D'altra parte, anche se restassi attaccato ai beni del mondo lasciati dietro di te, non saresti capace di possederli e non ti servirebbero più a nulla.

Abbandona quindi ogni debolezza, ogni attaccamento per essi, respingili completamente lontano, rinuncia ad essi con tutto il cuore.

Poco ti importi di chi possiede le tue ricchezze, non avere sentimenti di avarizia, ma sii pronto a rinunciare a tutto volontariamente.

Pensa che offri questi beni al Signore Supremo e al tuo Maestro; resta nel distacco privo di desiderio e di debolezza.

Se nella recitazione della guida per il tuo Grande Passaggio fatta ai tuoi funerali, in un rito celebrato per il tuo beneficio tu noterai un modo scorretto, trascurato o insufficiente, mescolato al sonno, alla distrazione, alla non osservanza dei voti, alla mancanza di purezza (di uno degli officianti), se ciò ti apparirà fatto con leggerezza - cosa che sarai capace di vedere perché sei dotato di un potere limitato di telepatia - potrai provare una mancanza di fede nella tua religione.

Sarai capace di cogliere ogni dubbio, ogni paura, sarai capace di vedere tutte le azioni e la condotta irreligiosa e la recitazione scorretta dei riti e penserai: ahimé, veramente questi mi tradiscono.

Pensandolo sarai depresso e con grande risentimento cadrai nel dubbio e nella perdita di fede anziché trovare affetto e fiducia.

Se tutto ciò agirà psicologicamente su questo momento, sicuramente cadrai negli stati inferiori della sofferenza.

Tale pensiero non solo non ti gioverà a nulla, ma ti causerà un grande male. Per scorretto che sia il rito e sconveniente la condotta degli officianti che compiono i tuoi riti funebri pensa: veramente i miei pensieri devono essere impuri.

Come può essere che queste persone affettuose, che si stanno sforzando di aiutarmi con questi rituali e queste recitazioni, siano scorretti e trascurati? E' come se io vedessi in uno specchio il riflesso delle macchie del mio stesso viso; veramente i miei pensieri devono essere impuri.

Così pensando, abbi fiducia in coloro che si stanno sforzando di aiutarti ed esercita verso di loro il tuo sincero amore. Benedicili e augura loro il successo supremo, perché questo è anche nel tuo interesse. Allora tutto ciò che essi faranno per te andrà veramente a tuo vantaggio.

Questo esercizio del tuo amore è dunque di grande importanza: non dimenticarlo. Anche se tu fossi destinato a cadere nei livelli più bassi e la luce opaca di questi livelli risplendesse già su di te, se i tuoi parenti e amici e fratelli nella fede compissero i riti religiosi con affetto e pazienza e determinazione, la gioia che tu sentiresti vedendoli, con la sua sola virtù eserciterebbe una tale influenza psicologica su questo momento che, anche se tu meritassi una nascita in un mondo sventurato, ciò ti condurrebbe invece a rinascere su un piano più alto e più felice.

Non devi dunque lasciarti prendere dai pensieri empì, ma esercitare verso tutti, amici e nemici, un affetto umile e una fede pura nell'unità fondamentale di tutte le anime. Sii dunque estremamente prudente.

Ci sarà una grigia luce di crepuscolo, durante la notte e il giorno, ad ogni istante. In questa specie di stato intermedio tu potresti rimanere per una, due, tre, quattro, cinque, sei o sette settimane, fino al quarantanovesimo giorno.

Sappi però che nulla ti trattiene in questo stato di sofferenza se non i tuoi attaccamenti e i tuoi desideri. Hai ventidue giorni di tempo per abbandonare tutto ciò che è collegato al tuo corpo precedente, e per liberarti entrando nella luce senza sperimentare visioni tormentose.

Tutto ciò che vedi o senti, o che vedrai o sentirai in questa dimensione, è solo una proiezione di ciò che esiste nella tua mente, delle tue concezioni del divino e della realtà. Il divino e la realtà esistono veramente, e si presenteranno ora a te per offrirti la liberazione e salvarti dallo stato di confusione nel quale ti trovi.

Lo stato in cui ti trovi non ti permette di agire per servire lo scopo supremo della tua vita: è solo uno stato intermedio nel quale devi restare il meno possibile.

E' come uno stato di riposo nel quale la mente ti presenterà varie forme di azione che ti susciteranno interesse o paura, proprio come in un giorno di vacanza la mente ti propone passatempi, divertimenti, spettacoli lieti o spaventosi per intrattenerti.

Ciò che devi ora fare è semplice: devi entrare nella Luce per proseguire il tuo cammino spirituale e passare a un livello superiore di esistenza, dove sarai liberato anche da questo corpo mentale che ancora possiedi e il tuo corpo spirituale potrà svilupparsi in tutta la sua

gloria. In questo beato mondo spirituale, che sta al di là della chiara Luce dello spirito, avrai tutto ciò che ti occorre per vivere felicemente in eterno, senza sofferenza e paura, nell'amore e nella pace, impegnato in attività piacevoli nella tua vera dimora, circondato da amici e compagni affettuosi, accanto al Signore Iddio che ami e che preghi.

Ora ti viene offerta una seconda possibilità di entrare nella chiara Luce dello spirito. Non perdere questa occasione. Nobile figlio della Luce! Non esitare, non indugiare, non lasciarti distrarre da nulla. Cerca soltanto la pura luce dello spirito, e segui il suo cammino senza osservare nient'altro. Ascolta ora con attenzione e senza distrazione.

Ci sono sei stati di consapevolezza nell'esistenza dell'anima: lo stato dell'anima incarnata nel corpo materiale, lo stato dei sogni, lo stato della meditazione profonda, lo stato del momento della morte, lo stato dell'anima che cerca una nuova incarnazione, lo stato della liberazione, che è la vera natura dell'anima.

Ora tu sperimenti tre stati di coscienza: lo stato del momento della morte, lo stato dell'esperienza della realtà, lo stato della ricerca della rinascita. Benché la chiara Luce della Realtà e della Verità ti abbia illuminato, non hai potuto restarvi e ora devi errare qui.

Tu sperimenterai ora gli stati di consapevolezza successivi. Osserva ora con perfetta attenzione ciò che io ti presenterò e resta fermo e tranquillo, senza lasciarti prendere dal panico, senza cercare di fuggire.

Fuggire non servirà a nulla, perché tutto ciò che vedi non è altro che la proiezione di ciò che esiste nella tua mente, delle tue concezioni del divino e della realtà. Dovunque fuggirai, esse ti seguiranno, perché le porti dentro di te nel tuo corpo mentale.

Accettale e riconosci, offri loro il tuo rispetto senza esserne attratto o spaventato.

Nobile figlio della luce! Ciò che si chiama la morte è ora avvenuto per te.

Tu lasci questo mondo, ma non sei il solo: la morte viene per tutti.

Non restare attaccato a questa vita per sentimento o per debolezza. Anche se per debolezza tu vi restassi attaccato, non avresti il potere di rimanere qui. Non otterresti altro scopo che errare nel ciclo di nascite e morti ripetute. Non essere debole, non essere attaccato.

Nobile figlio della luce, qualunque spavento, qualunque forma di terrore possano assalirti in questo stato di consapevolezza, non dimenticare queste parole e, conservando in cuore il loro significato, procedi in avanti. In queste parole si trova il segreto vitale della conoscenza: quando l'esperienza della realtà risplende su di me, dato che ogni pensiero di paura, di terrore, di timore delle apparenze è scongiurato, possa io riconoscere che ogni apparizione è un riflesso della mia coscienza; possa io riconoscerlo come un'apparizione della mia mente.

Nel momento importantissimo di compiere il Grande Passaggio, possa io non temere le folle delle divinità serene e irritate che sono le mie stesse forme-pensiero della realtà

divina. Tutto ciò che io vedo non è altro che una forma di Dio, la forma che la mia mente si aspetta di vedere.

Nobile figlio della luce! Ripeti queste parole, chiaramente, e ricordandoti del loro significato nel ripeterle, procedi in avanti. L'unica cosa che devi veramente temere è la paura stessa e l'attaccamento al piano materiale.

Nulla ti può toccare se nella tua mente non c'è la vibrazione corrispondente. Solo le vibrazioni inferiori della nostra consapevolezza producono le proiezioni mentali delle forme terrificanti e spaventose.

Così i malvagi vengono accolti da guide malvage che lo trascinano via per tormentarlo, i paurosi vengono accolti da forme spaventose, i buoni vengono accolti da guide buone, e le anime elevate spiritualmente vengono accolte dai grandi maestri che hanno onorato durante la permanenza nel corpo precedente.

Nel momento in cui il tuo corpo e il tuo spirito si sono separati, tu hai conosciuto lo splendore della Verità Pura, sottile, scintillante, brillante, abbagliante, gloriosa e radiosa, che ha l'apparenza di un miraggio di luce che passa su di un paesaggio a primavera, in un continuo succedersi di vibrazioni. Questo è l'irradiazione della tua stessa vera natura. Sappi riconoscerlo.

Dal centro di questa irradiazione uscirà il suono naturale della realtà, ripercuotendosi simultaneamente come migliaia di fulmini.

Non è, questo, che il suono naturale del tuo stesso e vero essere. Non essere né soggiogato né terrificato né timoroso. Il corpo che tu hai ora è chiamato corpo-pensiero delle inclinazioni.

Da quando tu non possiedi più un corpo materiale di carne e sangue, qualunque cosa avvenga, suoni, luci, raggi, nulla può farti male. Tu non sei più capace di morire.

Ti basti sapere che queste apparizioni sono le tue stesse forme-pensiero. Sappi riconoscere che questa è soltanto la condizione reale dell'anima, che hai già sperimentato innumerevoli volte nel passato.

Questa chiara Luce che tu vedi è la luce dell'anima spirituale, la Luce che è fondamento e origine di tutti i mondi, la Luce di eternità e conoscenza che non è differente dalla tua essenza spirituale. Penetrando all'interno di questa luce, abbandonando dietro di te la tua vecchia esistenza e i tuoi vecchi legami come un abito vecchio che non può più servirti, come un guscio vuoto e inutile, pensa alla forma di Dio che era oggetto della tua adorazione e della tua meditazione, e raggiungila.

Se non riconoscerai le tue proprie forme pensiero nonostante le meditazioni e le devozioni fatte per te nel mondo umano, se non comprenderai questo presente insegnamento, gli splendori ti soggiogheranno, i suoni ti riempiranno di timore, i raggi ti spaventeranno.

Se non conoscerai questa chiave assoluta di ogni insegnamento, non essendo capace di riconoscere suoni, luci e raggi, dovrai errare nel ciclo di morti e rinascite spinto dalla paura e dall'attaccamento.

Nobile figlio della luce! Quando la tua coscienza si sarà liberata da tali legami terreni e si rivolgerà al viaggio che ti attende, entrerai nella pace che cancella ogni sofferenza. Sarai accolto da esseri di luce e di amore che ti guideranno nel tuo cammino, entrando nella luce che illumina la valle della morte. Eleva la tua mente per poter rimanere in queste vibrazioni superiori, altrimenti sarai risucchiato verso i livelli inferiori. In questa valle fiorita avrai la possibilità di riflettere, ricordare e di fare il bilancio delle tue esistenze precedenti, e scegliere il programma per l'incarnazione successiva, oppure procedere ancora verso la liberazione e il mondo puro e luminoso dello spirito. Questa valle luminosa è fuori dal tempo e dallo spazio, e qui le tue ferite saranno guarite e potrai riposare dalle fatiche del mondo.

Se il tuo livello di coscienza è elevato e hai raggiunto l'illuminazione nella vita precedente, potrai proseguire attraverso questa valle verso i regni superiori e liberarti dalla necessità di una nuova nascita. Due volte entrerai nella Luce, e due volte avrai la possibilità di liberarti. Al termine dei primi quattro giorni a partire dal momento della morte il tuo vecchio corpo viene bruciato perché avrà cominciato a decomporsi e può solo provocare disturbo a te stesso e agli altri. Non esserne rattristato.

Se dopo questo periodo ancora non sarai riuscito a seguire la Luce, nelle due settimane successive incontrerai delle guide splendenti e serene, poi delle guide irate e terribili. I cieli ti appariranno color azzurro cupo, e vedrai dei fenomeni apparenti, che sono irradiazioni e guide divine.

Dal Regno Centrale della tua mente, chiamato "la forza di proiezione del seme" apparirà il Padre-Madre di colore bianco, seduto sul trono del Leone, che reca in mano una ruota a otto raggi: è la manifestazione dello stato primordiale della materia. Vedrai una luce azzurra (la luce della legge universale) e una luce bianca opaca: se seguirai la luce azzurra raggiungerai la liberazione, se invece per la potenza delle tue colpe proverai verso di essa paura e terrore, la fuggirai e sarai attratto dalla la luce opaca che ti colpisce in fronte, sarai allora attirato dai mondi alti.

In quel momento tu non devi spaventarti per la divina luce azzurra che ti apparirà brillante, abbagliante, splendida: non devi restarne sorpreso, è la luce dell'illuminazione, chiamata la saggezza della legge universale.

Riponi in essa la tua fede, credi in essa, prega e pensa, nel più profondo di te, che è la luce uscita dal cuore del Grande Signore di Compassione, venuta per riceverti nei difficili momenti del Passaggio.

Questa luce è la luce della grazia del Signore. Non essere attirato dalla luce opaca del mondo dei pianeti superiori, non essere attaccato, non essere debole. Se rimarrai attaccato

dovrai errare nelle dimore di quel mondo e subire il ciclo delle morti e delle rinascite sui vari pianeti: questo rappresenta un'interruzione per arrestarti sulla via della liberazione. Non guardare questa luce opaca, guarda quella azzurra e brillante, con una fede profonda, concentra ardentemente tutto il tuo pensiero sul Grande Signore della Compassione e ripeti: mentre vado errando nel ciclo di nascite e morti per colpa della mia stupidità, che io possa venire condotto con sicurezza attraverso ogni imboscata, possa io essere seguito dalla Divina Madre dello Spazio infinito, sul radioso cammino di luce e di saggezza dell'anima spirituale, giungendo nello stato perfetto dell'anima!

Dicendo questo con una fede umile e profonda, ti confonderai nell'alone dell'arcobaleno luminoso del cuore del Signore della Compassione e otterrai la liberazione nel regno centrale della concentrazione.

Può darsi che nonostante questo confronto, per la forza della collera o delle conseguenze delle sue azioni, il defunto si sia lasciato allarmare dalla luce splendida e sia fuggito oppure si sia lasciato dominare dalle illusioni. Allora nel secondo giorno di questo periodo, ti apparirà il benevolo Signore della Morte, circondato dai suoi servitori, come anche dalle forme pensiero delle azioni che hai compiuto nel corso della tua vita passata.

Nobile figlio della luce, ascolta senza distrazioni.

Il secondo giorno la pura forma dell'acqua brillerà come una bianca luce dal Regno azzurro cupo dell'Est. Questa è la luce della saggezza trasparente, nella quale avanza il Signore della Morte, di colore azzurro, seduto sul trono dell'elefante.

L'aggregato del tuo principio di coscienza nella forma più pura irradierà una luce chiara e bianca che esce dal cuore del Signore della Morte, una luce così abbagliante, brillante e trasparente che potrai appena guardarla.

Accanto a questa luce apparirà anche una luce opaca e grigia affumicata. Per la forza della collera, tu resterai sorpreso e spaventato dalla bianca luce e vorrai fuggire; ti sentirai attratto da quell'opaca luce grigia affumicata dei pianeti infernali. Agisci in modo da non essere spaventato dalla luce bianca, brillante, abbagliante e trasparente. Riconoscila come quella della saggezza.

Riponi in essa la tua fede umile e profonda: essa è la luce della grazia del Signore della Morte.

Pensa con fede e prega: egli viene a salvarti dai timori e dai terrori dell'ignoranza e della confusione. Non lasciarti attirare dalla opaca luce grigia affumicata dell'inferno: sono i residui della collera violenta che ha aperto quella strada.

Se seguirai questa attrazione, cadrà nei mondi inferi dove dovrai sopportare grande sofferenza senza che ti sia fissato un sicuro tempo per uscirne. Si tratta di una interruzione per arrestarti sulla via della liberazione, non guardare attorno a te, evita la collera. Non lasciarti attirare, non essere debole. Credi nella bianca Luce abbagliante e brillante, e riponendo tutto il tuo cuore nel benevolo e benefico Signore della Morte,

prega: nel momento in cui io vado errando nel ciclo della materia per la potenza della collera violenta, possa io essere condotto dalla saggezza trasparente, dal Signore della Morte, che la Divina Madre mi segua per proteggermi, per condurmi in sicurezza attraverso le imboscate e i pericoli, fino a raggiungere lo stato della perfezione.

Se l'anima non è riuscita a fondersi nell'arcobaleno del cuore del Signore della Morte, nel terzo giorno appare una luce gialla luminosa che può dare la liberazione (la luce della saggezza dell'uguaglianza) e una luce giallo-blu, che porta invece a rinascere in questo mondo.

Nobile figlio della luce, ascolta senza distrazione.

Il terzo giorno la forma primordiale dell'elemento terra brillerà come una luce gialla. In questo momento, dal Regno del Sud, in tutto il suo splendore e in tutta la sua gloria, verrà verso il te il Signore della Saggezza, dal colore giallo, che reca in mano un gioiello, seduto sul trono di un cavallo, seguito dai suoi assistenti.

L'aggregato del tatto, nella sua forma primordiale, sarà rappresentato dalla luce gialla della saggezza dell'uguaglianza. Questa luce, di un giallo abbagliante, glorificata dalla radiazione di soli e lune, così chiara e brillante che l'occhio può appena guardarla, scaturirà verso di te.

Accanto a questa, una luce opaca blu-gialla, riflesso del mondo umano, ti colpirà al cuore contemporaneamente alla luce della saggezza. Allora, per la forza dell'egoismo, tu proverai paura per la luce gialla risplendente e vorrai fuggirla, mentre sarai attratto dalla opaca luce blu-gialla del mondo umano.

In questo momento, non temere l'abbagliante luce gialla, trasparente; riconoscila come quella della Saggezza: conservando il tuo spirito calmo e sereno, credi in essa fermamente e umilmente.

Se sarai capace di riconoscerla come irradiazione del tuo proprio intelletto - anche se non avrai praticato umiltà, fede e preghiera - il divino corpo della Luce ti assorbirà inseparabilmente e tu otterrai la liberazione.

Se non puoi riconoscere l'irradiazione della tua stessa intelligenza, pensa con fede: ecco l'irradiazione della grazia del Signore della Saggezza, nella quale troverò rifugio.

Prega così, perché questo è l'uncino dei raggi della grazia, che ti può trarre fuori dalla tua condizione di confusione.

Non lasciarti attirare da quella luce blu-gialla opaca del mondo umano: è il cumulo delle tue inclinazioni, è il tuo violento egoismo che hanno aperto questo cammino. Se vi sarai attirato, rinascerai nel mondo umano e dovrai subire la nascita, la malattia, la vecchiaia e la morte. Non avrai la fortuna di uscire dalla palude dell'esistenza del mondo: è questa un'interruzione per fermarti sulla via della liberazione.

Non guardare nulla, abbandona l'egoismo, abbandona i desideri, non essere attirato verso tutte queste cose, non essere debole. Agisci credendo nella luce brillante e abbagliante.

Concentra il tuo pensiero sul Signore della Saggezza e prega: nel momento in cui vado errando nella confusione per colpa della forza dell'egoismo, che io possa essere accolto sul cammino della saggezza dal Signore della Saggezza e protetto dall'occhio illuminato della Madre, condotto con sicurezza attraverso le imboscate del cammino fino a raggiungere lo stato della perfezione.

Così dicendo con umiltà profonda entrerai nell'alone di arcobaleno del cuore del Signore della Saggezza, il divino Padre-Madre, e raggiungerai l'illuminazione nel Regno del Sud. Con questi incontri, anche una persona che ha facoltà mentali deboli potrà raggiungere la liberazione.

Tuttavia, anche con questi avvisi ripetuti, sono molte le persone che hanno commesso molte attività colpevoli, hanno mancato ai loro voti o non si sono impegnate sulla via della crescita spirituale. L'ignoranza e le conseguenze negative causate dalla cupidigia e dall'avarizia li portano ad essere spaventati dai suoni e dai raggi, e quindi a fuggire.

Se il morto è di questi, al quarto giorno avrà di nuovo un'altra possibilità di liberazione. Nel quarto giorno appare una luce rossa brillante (la luce della saggezza onnisciente) e una luce rosso cupo che porta al mondo degli spettri e dei fantasmi.

Nobile figlio della luce, ascolta senza distrazioni. Il quarto giorno brillerà la luce rossa, che è la forma prima dell'elemento fuoco.

In questo momento, dal Regno occidentale e rosso della felicità apparirà il Signore Onnisciente, di colore rosso, che porta in mano un loto, seduto sul trono del pavone, e circondato dai suoi assistenti.

La forma primitiva dell'aggregato delle sensazioni, rappresentata dalla luce rossa della Saggezza e del discernimento, di un rosso brillante, splendido, smagliante, che esce dal cuore del divino Padre-Madre, scaturirà contro il tuo cuore in modo così abbagliante che potrai appena guardarla.

Non la temere. Insieme a questa luce di Saggezza, risplenderà verso di te anche una luce opaca rossastra, proveniente dal mondo degli spettri. Agisci in modo da non esserne attirato. Abbandona l'attaccamento e la debolezza.

In questo momento, per la forza intensa dell'attaccamento tu sarai terrorizzato dalla smagliante luce rossa e la fuggirai, e ti sentirai invece attratto dalla luce rossastra opaca del mondo inferiore.

Non spaventarti allora per la splendida luce rossa abbagliante, trasparente e radiosa.

Se potrai riconoscerla come quella della Saggezza e conservare il tuo spirito calmo, ti fonderai in essa e raggiungerai la liberazione. Se non puoi riconoscerla, pensa: sono i raggi della grazia del Signore Onnisciente, nella quale troverò rifugio.

Prega con umiltà e fede, e lasciati trarre in salvo da essa. Abbi fiducia e non fuggirla. Anche se tu fuggi, la luce ti seguirà perché è inseparabile da te. Non aver paura. Non lasciarti attirare dalla luce rossastra opaca dei pianeti dei fantasmi.

E' la luce prodotta dal cumulo dei tuoi attaccamenti che si manifesta in te. Se vi resterai attaccato, cadrai nel mondo degli spiriti infelici e dovrai soffrire una fame e una sete intollerabili, senza poter raggiungere la liberazione. Non essere attaccato a nulla, abbandona le tue tendenze negative abituali, non essere debole. Credi nella brillante e abbagliante luce rossa. Concentra la tua fede nella tua Divinità tutelare e prega: nel momento in cui vado errando nella confusione per colpa della forza dell'intenso attaccamento, che io possa essere accolto sul cammino della saggezza dal Signore Onnisciente e protetto dalla Madre vestita di bianco, condotto con sicurezza attraverso le imboscate del cammino fino a raggiungere lo stato della perfezione.

E' impossibile che il defunto non abbia così raggiunto la liberazione. Tuttavia anche dopo questo confronto, certi esseri animati da un contatto troppo lungo con le loro tendenze negative, incapaci ormai di abbandonare le loro abitudini e oppressi dall'influsso della gelosia, sono terrorizzati dai suoni e dai raggi che vedono apparire.

L'uncino dei raggi della grazia non ha potuto afferrarli, perciò essi si aggirano fino al quinto giorno. Se appartenete a questo gruppo di esseri sfortunati, in questo quinto giorno verrà a ricevervi il Signore del Destino circondato dai suoi assistenti. Nobile figlio della luce, nel quinto giorno appare la luce verde intenso (la luce della saggezza che tutto compie) che è la forma primitiva dell'elemento aria. In questo momento giungerà il Signore della Perfezione, di colore verde, che porta in mano il fulmine, seduto sul trono delle arpie volanti, circondato dai suoi assistenti.

L'aggregato della volontà nella sua forma primitiva della luce della saggezza che tutto compie, d'un verde sorprendente, trasparente, radioso, magnifico e terrificante, circondato da astri di irradiazione, uscente dal cuore del divino Padre-Madre come un raggio verde smagliante, ti colpirà al cuore e tu sarai appena capace di guardarlo. Non lo temere.

E' il potere naturale della tua saggezza che vedi. Resta molto tranquillo e distaccato. Insieme a questa luce apparirà una luce verde opaca e scura, prodotta da sentimenti di gelosia, che porta al mondo degli esseri demoniaci. Medita su di essa con completa imparzialità, senza repulsione e senza attrazione. Non essere attaccato a questa luce; se hai una potenza mentale debole, non avere affetto per essa.

Per influenza della gelosia intensa, potrai essere terrorizzato dalla smagliante irradiazione della luce verde e vorrai fuggirla, sentendoti attratto dalla luce opaca verde cupo del mondo dei demoni. Non temere tuttavia la luce verde magnifica, trasparente, radiosa e smagliante, riconoscila come la luce della tua saggezza e in questo stato permetti al tuo spirito di fissarsi nella calma contemplazione. Oppure pensa: ecco l'uncino dei raggi della grazia del Signore della Perfezione che viene a salvarmi.

Non fuggire. Anche fuggendo, la luce verde ti seguirà, perché è inseparabile da te. Non aver paura. Non lasciarti attrarre dalla luce opaca verde cupo del mondo dei demoni. Se ti lascerai attirare da essa, cadrai nel mondo demoniaco dove dovrai subire le sofferenze della guerra continua.

Fai attenzione anche a non provare repulsione per essa, perché attrazione e repulsione producono lo stesso risultato.

Se il tuo spirito sarà appesantito dalla gelosia, dall'invidia, dall'avidità, dalla lussuria o dall'indolenza perderai la possibilità di raggiungere la liberazione e dovrai tornare a prendere un corpo materiale con tutte le sofferenze che esso comporta. Non essere debole.

Abbi fede nella chiarezza della luce verde abbagliante e concentrando tutto il tuo pensiero sul divino Padre-Madre, prega: nel momento in cui vado errando nella confusione per colpa della forza dell'intensa gelosia, che io possa essere accolto sul cammino della saggezza dal Signore della Perfezione e protetto dalla Madre verde, condotto con sicurezza attraverso le imboscate del cammino fino a raggiungere lo stato della perfezione.

Così pensando, con fede e umiltà, ti fonderai nell'alone di luce dell'arcobaleno del cuore del divino Padre-Madre, e raggiungerai la liberazione nel regno del nord delle buone azioni accumulate.

Nonostante tutti questi numerosi avvertimenti e tutte queste possibilità che vengono offerte all'anima del defunto, nonostante la guida affettuosa ed attenta che gli è stata fornita dal maestro e dall'officiante del Grande Passaggio, il defunto potrebbe ancora sfuggire all'uncino dei raggi della grazia che viene a ripescarlo dalla confusione, e continuare ad errare a causa della paura provocata da raggi e luci.

Nel sesto giorno appaiono tutte le luci insieme con tutte le guide che erano apparse assieme ad esse.

Nobile figlio della luce, fino a ieri le cinque forme della Divinità si sono mostrate a te, l'una dopo l'altra, per ripescarti dalla tua confusione, ma tu spaventato e terrorizzato per l'influenza delle tue malvage tendenze sei rimasto ancora in questo stato intermedio.

Se tu avessi riconosciuto le irradiazioni dei cinque ordini di saggezza come emanazioni delle tue forme-pensiero, avresti ottenuto la perfezione e la liberazione.

Guarda ora senza distrazioni. Le luci dei cinque ordini stanno per arrivare e riceverti. Agisci in modo da riconoscerle.

Nobile figlio della luce, in questo sesto giorno i quattro colori dello stato primordiale dei quattro elementi (acqua, terra, fuoco, aria) risplenderanno simultaneamente su di te. In questo momento appaiono a brillare su di te le varie forme della Divinità che vengono a salvarti. Sul cerchio esterno appariranno i sei Maestri e gli otto Guardiani delle porte, dall'aspetto terribile e irato: il Vittorioso, il Re, l'Urna di nettare con le quattro Guardiane (la Portatrice del pungolo, la Portatrice di insidia, la Portatrice di catena, la Portatrice di campana), il Forte, il Leone dell'umanità, il Leone irremovibile, l'Illuminato dalla bocca di fuoco, e il re della Verità. In tutto, appariranno quarantadue forme della Divinità, guide perfette, che escono dal tuo cuore, prodotte dal tuo puro amore. Riconoscele.

Nobile figlio della luce, tutte queste forme e apparizioni non vengono da un punto esteriore, ma dalle quattro divisioni del tuo cuore: i regni delle quattro direzioni sono tutti situati nel tuo stesso cuore, escono dal cuore e brillano su di te. Neppure le forme della Divinità vengono da qualche luogo esterno a te stesso; esse esistono dall'eternità nelle facoltà della tua intelligenza. Sappi riconoscere in esse questa natura.

Queste forme della Divinità hanno i propri ornamenti, il proprio colore, il proprio atteggiamento, il proprio trono e i propri emblemi. Sono le forme delle tue divinità tutelari. Riconoscile per tali.

Dal cuore delle divine forme del Padre-Madre i raggi della Luce delle quattro saggezze, riuniti, estremamente chiari e belli, come raggi di oro filato, verranno a brillare su di te e a colpire il tuo cuore. Su questa via della luce verranno a brillare magnifici astri di luce azzurra che emettono altri raggi. Ogni raggio ti apparirà come una palla di turchese rovesciata, circondata di astri simili di minori dimensioni.

Magnifico, abbagliante, radioso, trasparente, ogni raggio sarà reso ancora più magnifico da cinque astri minori, circondati da cinque stelle di luce della stessa natura, in modo da non lasciare né il centro né i contorni senza la gloria di stelle grandi e piccole. Non spaventarti e non lasciarti attrarre. Tutte queste radiazioni sono quelle delle tue facoltà intellettuali venute per brillare su di te. Non essere attirato verso di esse, non essere debole, non spaventarti, ma fissati nella meditazione sul supremo e nell'assenza di pensiero. In questo stato tutte le forme, tutte le irradiazioni si fonderanno in te e tu raggiungerai finalmente la liberazione.

Appariranno anche le luci di impura illusione dei sei mondi: la luce bianca opaca dei pianeti alti, la luce opaca verde dei demoni, la luce opaca gialla degli esseri umani, la luce opaca azzurra degli esseri privi di intelligenza e consapevolezza, la luce opaca rossa degli spettri e la luce opaca grigia dell'inferno. Non essere spaventato né attratto da queste sei irradiazioni, ma resta nel riposo della meditazione senza pensiero.

Se ti lascerai spaventare da queste irradiazioni di saggezza e attrarre dai bagliori impuri dei sei mondi, cadrà nuovamente nella ruota delle morti e rinascite. Non cedere all'attrazione di questi bagliori illusori, ma diriggi il tuo spirito in concentrazione sulle forme divine del Padre-Madre e prega: nel momento in cui io sto errando nella confusione per la potenza dei cinque veleni dell'anima, possano condurmi i cinque Conquistatori vittoriosi sulla radiosa via di luce delle quattro Saggezze unite, possano seguirmi le cinque forme della Madre, possa io essere salvato dalle vie degli impuri bagliori del mondo e dalle imboscate sul cammino, fino a raggiungere il regno della purezza.

Con questa preghiera tu riconoscerai la tua propria luce interiore e immergendoti in essa, raggiungerai in un attimo l'illuminazione e la liberazione. Le persone cattive e crudeli, appesantite dalle numerose colpe, che non hanno mai osservato nessuna religione, si allontaneranno invece discendendo verso i regni inferiori.

Dopo questo periodo di circa ventidue giorni, il terribile vento delle conseguenze delle tue azioni negative, penoso a sopportarsi, ti spingerà indietro a raffiche. Non temerlo: è una tua illusione. Una densa e terrificante oscurità sarà continuamente davanti a te, ne usciranno grida spaventose come "colpisci, uccidi" e altre minacce. Non le temere.

Le conseguenze delle tue azioni colpevoli produrranno l'apparizione di demoni divoratori di carne, che portano armi diverse e fanno un tumulto spaventoso, precipitandosi verso di te e dando l'impressione di mettersi d'accordo per decidere chi di essi dovrà afferrarti.

Si presenteranno anche apparizioni illusorie di esseri perseguitati da diverse terribili bestie. Verranno pure la nebbia, la pioggia, la notte, le raffiche di vento, le allucinazioni di esseri perseguitati da folle. Scaturiranno suoni come di montagne che crollano, come suoni del mare infuriato, del rombo sordo dell'incendio e dei cicloni. Quando verranno questi suoni, tu fuggirai da essi terrorizzato, in ogni direzione, senza preoccuparti di dove stai andando.

Ma la strada sarà sbarrata da tre terribili precipizi: uno bianco, uno nero e uno rosso. Saranno tutti e tre profondi e spaventosi, e tu ti sentirai sul punto di caderci dentro. Nobile figlio della luce! Non si tratta di veri precipizi, ma della tua proiezione della collera, della cupidigia e della stupidità. Non riconoscerti in essi, non esserne attratto.

Nel settimo giorno l'anima appesantita, che non è riuscita ad uscire dall'influsso delle proprie azioni passate scegliendo la chiara luce della liberazione, compare davanti al tribunale del Signore della Morte, circondato dai suoi compagni e servitori.

A questo punto l'anima del defunto potrà vedere numerose apparizioni terribili e sanguinarie, talvolta con teste di animali, forme spaventose che brandiscono coltelli e altre armi, teschi pieni di sangue, ossa umane, bandiere di pelle umana, che suonano e gridano con grande tumulto. Non temere e non fuggire.

Non sentirti spaventato. Riconosci queste forme come facoltà intellettuali della tua propria luce, rendi loro omaggio e accetta la loro esistenza come un aspetto dell'esistenza di Dio. Non lasciarti attrarre dalla luce opaca azzurra del mondo degli animali, non essere debole. Se sarai attirato cadrà in quel mondo di schiavitù, mutismo e bestialità per un tempo molto lungo.

Il Signore della Morte possiede la conoscenza che matura i frutti delle azioni passate, ha il potere sulla durata della vita, sull'attrazione sessuale dei futuri genitori che attirerà l'anima nel nuovo corpo, e sulla conoscenza sottile delle cause e degli effetti. Nella settimana seguente l'anima che non si è purificata vede dei personaggi terribili, irati, sanguinari, che si lanciano su di lei per sbranarla e farla a pezzi, e ne viene attratta inesorabilmente perché pensa di meritare una punizione. Questi personaggi sono però creati dalle tue forme pensiero, e nascono dalla tua paura, ostacolandoti nel tentativo di ottenere lo stato di calma e meditazione necessario per progredire.

Il Signore della Morte apparirà adirato con te a causa delle tue colpe passate. Appariranno uno spirito buono e uno spirito cattivo, nati simultaneamente con te, ed essi conteranno le tue buone azioni con ciottoli bianchi e le tue cattive azioni con ciottoli neri. Ciò ti sarà causa di grande paura, di orrore, di terrore, tu tremerai e cercherai di mentire dicendo: io non ho commesso nessuna cattiva azione.

Allora il Signore della Morte dirà: vado a consultare il libro della tua vita. Così dicendo leggerà nel Libro dove ogni atto buono o cattivo è chiaramente riportato. La menzogna non servirà a nulla.

Uno dei carnefici-furie del Signore della Morte ti legherà una corda attorno al collo e ti trascinerà così. Ti taglierà la testa, ti strapperà il cuore e gli intestini, ti divorerà il cervello, ti berrà il sangue, ti sbrannerà la carne e ti roderà le ossa, ma tu sarai incapace di morire. Benché ridotto a brandelli, il tuo corpo vivrà ancora. Questi supplizi ti procureranno un grandissimo dolore.

Nobile figlio della luce! Nel momento del primo confronto diretto con la Luce durante lo stato intermedio del dopo-morte, possono esserci alcuni che, pur avendo ascoltato molto gli insegnamenti religiosi non li riconoscono, e altri che pur avendoli riconosciuti non riescono a seguirli. Se tu soffri così, la colpa è delle tue azioni nefaste, non è di nessun altro, ma solo del tuo karma. Devi pregare con fervore il Signore, che ti proteggerà. Abbi fede nella bontà del Signore e nella Sua misericordia!

Anche nel momento in cui i sassi verranno contati, non spaventarti, non lasciarti prendere dal terrore, non mentire al Signore della Morte!

Il tuo corpo, essendo un corpo mentale, è incapace di morire anche se viene decapitato o squartato. In realtà il tuo corpo non è materiale, ma ha la stessa natura del vuoto. Non hai bisogno di temere: i servitori del Signore della Morte non sono che tue allucinazioni.

In questo momento agisci in modo da riconoscere che sei in questo stato intermedio dopo la morte. Medita sulla vera natura dell'anima. Se non sei capace di meditare, analizza semplicemente con cura la natura reale di ciò che ti spaventa: in realtà non è formata da nulla, ma è soltanto la proiezione delle tue stesse paure.

Nobile figlio della luce! Se non sai come meditare, agisci ricordando il Signore Compassionevole e i precetti della tua fede, i Maestri che hai onorato e le verità che hai studiato, e prega. Ricorda il nome del Signore e invocalo in questa tua confusione. Ricorda il nome del tuo Maestro e pronuncialo davanti al Giusto Re degli angeli della morte.

L'anima proietta delle oggettivazioni momentanee, che svaniscono o si trasformano a seconda della forza vibratoria che il corpo astrale impone loro. Sul piano astrale, creare un oggetto può essere di una facilità impressionante.

Tutto ciò che esiste è costituito da vibrazioni: la luce del sole è vibrazione. Se create una vibrazione a bassissima frequenza, questa diventa sensibile al tatto. Aumentando la frequenza della vibrazione si ottiene un suono, aumentandola ancora diventerà calore e infine luce, passando per tutti i colori dell'arcobaleno.

La vibrazione superiore della luce, quella che i nostri occhi materiali non possono vedere, è la luce astrale, che è la fonte e il riposo di ogni esistenza, grossolana e sottile. La vibrazione della Luce dello Spirito è ancora superiore a questa, e possiede la più grande potenza.

Nobile figlio della Luce! Tu sei quella luce. Tu sei parte di quella luce. Tu appartieni a quella Luce dello Spirito.

Tu continui a vivere e ad esistere, in una situazione diversa. Ciò che tu pensi al momento della morte sarà la base della tua prossima destinazione e ti condurrà verso i livelli superiori o inferiori, verso la prossima incarnazione buona o cattiva, o verso la liberazione.

Scaccia dal tuo essere la paura, la collera, l'odio, il rimpianto, l'attaccamento. Appartengono al tuo vecchio corpo, del quale ora non hai più bisogno. Sei una farfalla che è uscita dal bozzolo nel quale giace il suo vecchio corpo di verme come un guscio vuoto; ora puoi volare e non sei più costretto a strisciare sulla terra.

Dall'ottavo al quattordicesimo giorno l'anima che è troppo appesantita dalle conseguenze delle sue colpe passate si troverà a fronteggiare le forme spaventose e terribili della Divinità. Poiché queste forme sono influenzate dalla paura e dal terrore il riconoscimento diventa più difficile.

Appaiono dunque cinquantotto forme della divinità circondate di fiamme, irate, assetate di sangue, che non sono che gli aspetti sereni della divinità sotto un aspetto nuovo. Tuttavia, la paura concentrerà maggiormente l'attenzione e impedirà di distrarsi, così si offrirà loro una nuova possibilità di liberazione.

Sarà sufficiente riconoscere in esse la forma terribile del Divino e sottomettersi ad esse. Non lasciarti confondere dalla paura: riconosci come una manifestazione delle tue capacità intellettive. Non esserne affascinato e non esserne terrorizzato.

Questo ti libererà. Il corpo che tu possiedi attualmente è solo un corpo mentale e anche se venisse colpito e fatto a pezzi non può morire. Al di là delle emanazioni della tua intelligenza, queste forme che ti sono apparse non esistono realmente. Sapendo dunque questo tutta la paura e il terrore si dissipano da soli, e tu puoi raggiungere ugualmente la liberazione. Qualunque sia la tua Divinità tutelare, ricordati di essa in questo momento e chiamandola per nome prega così: ahimé, eccomi qui sperduto e confuso; vieni a salvarmi. Sostienimi con la tua grazia, prezioso Signore.

Chiamando per nome il tuo Maestro, prega ancora così: ahimé, eccomi qui sperduto e confuso; salvami, la tua grazia non mi abbandoni.

Alla fine delle tre settimane, se l'anima non ha raggiunto la liberazione, viene probabilmente spinta dall'influsso dei suoi desideri e delle sue azioni precedenti a scegliere una nuova incarnazione, e questo processo può richiedere molto tempo. Durante tutto questo periodo di 49 giorni a partire dalla morte il defunto trae grande aiuto dalla guida di un maestro, un amico o un parente che recitano le istruzioni per il passaggio e gli inni sacri e i canti di devozione della fede del defunto. Anche nel caso in cui il defunto debba prendere una nuova nascita, tutto ciò che viene fatto per lui durante questi 49 giorni da momento della morte gli saranno di grande beneficio, e gli permetteranno di ricevere una nascita migliore.

Raccomandazione finale

Nobile figlio della luce, che vivi ancora in un corpo grossolano e materiale! Sappi che tutto ciò che è descritto nel Libro dei Morti, la spiegazione della Scienza della Morte, è destinato anche a te.

Ogni essere incarnato deve affrontare il momento della morte, che si trovi da solo oppure circondato da amici e parenti affettuosi, o circondato da nemici crudeli. Abbi compassione dei tuoi fratelli e delle tue sorelle, dei vivi e dei morti, affinché il Signore della Compassione ti trovi degno.

Abbi compassione dei moribondi e sforzati di aiutarli a compiere il Grande Passaggio con fede e amore. Ogni anima che riesce a superare la Soglia con successo porta un grande beneficio al mondo intero, a tutti coloro che restano in vita. La consapevolezza globale si eleva e tutte le anime gioiscono. La pace cresce nel mondo e la bontà viene rafforzata. La crudeltà e l'indifferenza si indeboliscono e svaniscono.

L'anima può incontrare situazioni diverse, a seconda delle sue convinzioni e delle sue credenze, ma soprattutto del suo livello di coscienza. Esistono livelli astrali orrendi, generati dalla paura, costituiti da materia sottile in vibrazione disarmonica: in essi si vedono esseri orribili e disgustosi, dotati di occhi malevoli, di mascelle e mandibole aggressive, con movimenti di grande violenza.

Alcuni sembrano un miscuglio di diversi animali, strani e spaventosi a vedersi.

Queste creature della mente gridano e gemono, rantolano e uggolano, e il loro livello vibratorio si aggrappa alla paura che vive ancora dentro l'anima.

In questo mondo vivono gli spiriti, i fantasmi, le proiezioni degli elementi della natura, le figlie della notte, i principi delle tenebre: da questo mondo essi vengono evocati sul piano terrestre da coloro che hanno vibrazioni mentali simili e compatibili, e possono essere controllati da coloro che conoscono le leggi dell'universo, ma solo le persone malvage e avide si collegano ad essi.

Infausto è il destino di coloro che vogliono controllare le leggi dell'universo per fini malvagi ed egoisti! Non sanno che le vibrazioni del loro corpo sottile diventano sempre più disarmoniche, e che infine saranno vinti da quelle stesse forze che tentano di dominare.

La vera potenza non si trova nella materia, ma solo nello spirito. Questi livelli sono ancora livelli materiali, anche se sottili, e quindi sono illusori e transitori. Così l'anima nel suo viaggio dopo aver lasciato il corpo grossolano potrebbe trovarsi a incontrare questo livello di esistenza: deve allora liberarsi dalla paura e da ogni residuo di malvagità, perché in questo modo nulla al suo interno offrirà appiglio a tali creature.

Non partecipare mai a sedute spiritiche: quasi sempre si manifestano le entità più basse, appartenenti a questo livello di esistenza, che amano ingannare gli sciocchi. Quando anche si stabilisce un contatto con il regno dei morti, si disturbano le entità che stanno cercando di evolversi verso il prossimo livello di esistenza, ricordando loro l'esistenza e il dolore dei figli e degli amici.

Sul piano astrale si incontrano gli esseri con i quali siamo in armonia; gli esseri e le dimensioni con i quali non siamo in armonia scivolano dietro di noi senza neppure manifestarsi. L'anima si riposa dalle fatiche e dalle pene dell'esistenza terrena, ricostituisce le sue energie astrali e raggiunge la pace nella quale può soddisfare tutti i propri desideri.

Dopo un certo periodo di tempo, l'anima si stanca di questo riposo e nasce in essa il desiderio di tornare ad agire, per crescere e per migliorarsi.

Esistono miriadi di anime in attesa che si apra la porta su questo piano materiale, perché sanno che è qui che si agisce veramente. Non cercano la sofferenza, ma un'argilla da modellare con la quale forgiare un contenitore per l'infinito. Cercano una montagna da scalare per passare a un livello superiore.

Dal mondo astrale, non incarnato, dei piani superiori, non è possibile progredire verso i livelli spirituali se non attraverso questo mondo. Gli elementi dell'universo sono la chiave del nostro progresso e della nostra liberazione.

La terra deve essere sciolta nell'acqua, l'acqua deve evaporare nell'aria, l'aria deve bruciare nel fuoco, e il fuoco deve irraggiare nell'etere diventando luce pura. La terra si può sciogliere quando resta fertile e ricca, morbida, cedevole e plasmabile; la terra che si pietrifica aggrappandosi alle convinzioni e alle credenze non si può sciogliere, e diventa pesante.

L'acqua è l'allentamento delle tensioni, che insegna che non esiste la fatalità: l'acqua scorre continuamente, pulendo e purificando ogni cosa sul suo passaggio. L'acqua della vita e dell'esistenza canta quando è libera di circolare e di affiorare in superficie nella vostra vita quotidiana, è lo spirito battesimale che rinnova la vostra energia e il vostro impegno facendovi nascere nuovamente ogni giorno.

Accogli l'acqua nel silenzio del tuo cuore e percepisci il fuoco dell'Amore che esiste nell'acqua e che purifica ogni impurità, sgorgando come una fonte di gioia eterna.

Il fuoco è l'energia della volontà che deve sostenere l'amore.

La luce dello spirito parla attraverso la luce del corpo. Il fuoco non deve dimostrare nulla a nessuno; esiste, semplicemente, e brucia ogni cosa vecchia nella sua luce e nel suo calore, permettendo che le sue ceneri fecondino la terra.

Il Sole non ha amici e non ha nemici: splende in modo equanime su tutti gli esseri, sui prati fioriti e sulla spazzatura.

Il Sole è gioia, e non esiste realizzazione spirituale senza gioia, questa successione di piccoli istanti di coscienza luminosa che diventano sempre più costanti.

Verità, Semplicità, Amore.

Ecco il messaggio dei tre elementi fondamentali, che ogni giorno accompagnano i nostri gesti quotidiani, costituiscono la nostra vita e il nostro stesso corpo: la terra è verità, l'acqua è semplicità, il fuoco è amore.

Il Grande Vasaio modella ogni forma con verità, semplicità e amore.

E all'interno di ogni vaso, c'è l'aria dello Spirito: l'aria è la coppa che contiene lo spazio, il calice della vita eterna, che continuamente si rinnova senza mai esaurirsi.

E questa è la Scienza della Vita.