

Antonella Macchiavello



Sogno Cosmico

Sai chi sei veramente
Tu?

Diploma
d'onore con menzione
d'onore nella
sezione Libri Editi
Concorso Internazionale
Michelangelo Buonarroti
di Seravezza

Antonella
Macchiavello

**SOGNO
COSMICO**

Aforismi e parole
dall'infinito

Youcanprint Self-Publishing

ISBN: 9788893063166

Copyright © 2015 Antonella Macchiavello

email: unoinessenza@gmail.com

Immagine di copertina:

Acrilico su tela di Antonella Macchiavello 2006 ©

Impaginazione grafica di Martina Pistoia

A mia madre ed a mio padre,
che brillano in ogni stella
dell'universo
e nel mio cuore.

Prefazione

Chi ha il privilegio di aver incontrato Antonella sa bene quanto ella sia capace di rivelare verità occulte seppure altrettanto manifeste agli occhi ed al cuore dell'autrice, giacché forte di un percorso esistenziale significativo.

Con il carisma di chi ha alle spalle un incessante lavoro su se stessa, Antonella sa di poter arrivare al di là delle apparenze, mirando dritta

all'essenza delle cose e rivelandone i segreti più reconditi, poiché ha appreso i codici che le permettono di interloquire con l'universo multidimensionale.

Il suo infinito "Sogno Cosmico" rappresenta in ultima analisi, uno strumento prezioso per la realtà quotidiana di noi tutti, indicandoci un possibile percorso verso la consapevolezza in Essenza.

Stefania Biglino

Introduzione

A te lettore

Caro viaggiatore tra i mondi e piani di coscienza, mi rivolgo a te che sei me, per condividere qualche dialogo silente e trasformato in parole, soffi di intuizioni avvenuti durante questo percorso di Vita.

Ogni parola o frase ha in sé una

vibrazione ed è quello che contiene questo piccolo libro, un messaggio che ha in sé un' energia che può risuonare in te ad un livello sottile, al di là dei concetti, ed è volutamente scritto a più dimensioni.

Come il colore della copertina, questi aliti di energia contengono il fuoco sacro della consapevolezza, la trasmutazione di un mistero che noi sappiamo essere dall'inizio della nostra stessa manifestazione.

Ed è con gentilezza che mi sento di porgerti questo calore armonico.

La vera Conoscenza non è il sapere dotto, ma un mistero da accogliere ed investigare, con costanza, pratica e dedizione, affinché la Verità di ciò che siamo venga svelata, rivelata ed infine ricordata. Poiché la Verità di chi tu sei è solo nascosta apparentemente

ed al momento perfetto ti cadrà in grembo con tutta la sua prodigiosa bellezza e magnificenza.

Niente è davvero nelle tue mani, tutto avviene attraverso la Coscienza che si evolve e tu, Tu Impersonale, sei quella Coscienza.

Quando si guardano le cose da questa prospettiva, si avverte quanto sia meraviglioso seguire il flusso della Vita: lasciarsi guidare da un mistero più grande e scoprire che non c'è niente di personale, né

la tua natura, né il tuo carattere, né il colore dei tuoi occhi, perché tu non sei tuo, non ti appartieni.

Tu sei dell'Universo della Vita ed in quanto tale, fluisce insieme ad essa. Lasciati andare, lasciati guidare, ricordati ...

Ascolta il canto dell'universo, senti come batte dentro al tuo cuore?

Antonella

Macchiavello

Sogno Cosmico

Apri ti alla pace silenziosa della tua sorgente,
sei Tu quello che cerchi.

*

Tu sei illimitato,
non vi è spazio ove tu non regni.
Perché dai così importanza alla
forma
esteriore

ed al brusio della tua mente?

*

L'unica vera ragione per cui sei qui,
è per conoscere la Verità di Chi Sei,
solo il riconoscerlo in te,
aprirà grandi portali ed una nuova
visione
si dispiegherà davanti a te e nel tuo
cuore,
una nuova energia comincerà a
svelarsi...

*

Non guardarti allo specchio,

lo specchio non ti riflette,
in quanto lo specchio e tu,
siete la stessa cosa...

*

Solo la mente del cuore
sa che sei Essenza
che fa esperienza in questo mondo,
attraverso un corpo percettivo
e più le prove sono dure,
profonde, devastanti,
più hai la possibilità
di lasciare i regni della morte
per entrare in quelli della Vita,
della Consapevolezza, della Pace.

*

La mente mette post it sul Vuoto
e si costruisce la sua falsa identità.
Ora permettimi di toglierli dicendo:
“io non sono tutti questi”
quando li avrai tolti tutti,
finalmente non rimarrà... “nulla”.

*

Non è ciò che vivi che determina il
fato,
ma come reagisci ad esso
e quanto lo accetti profondamente
in te.

*

Tutto va e viene,
ma Tu, rimani.

*

L'impermanenza appartiene
al tuo piccolo io,
che vive nel conflitto tra bene e
male,
nella separazione tra te e il mondo.
Quando sarai disidentificato da
questo "me",
scoprirai l'eternità.

*

Tu e l'altro,
noi e gli altri,
un mondo di polarità,
ne convieni?

Esiste qualcosa che non sia duale?
Ricordi?

*

Il tuo vero Io si nasconde
attraverso le forme che vedi.
Non farti confondere dai tuoi sensi,
lascia che il mondo si sfumi
e finalmente Ti vedrai :
sei libertà assoluta.

*

LIBERTÀ CHE SI DESTA IN TE

Volo attraverso ogni spazio e
tempo,
libera da ogni vincolo,
immersa nel silenzio profondo
della natura.

Il mio è il volo dello spirito
attraverso l'aria,
il vento, le nubi, la tempesta,
la pioggia, la pace.

È l'ispirazione che mi guida
poiché sono palpitante
nel viaggio della Vita,
ed io me ne lascio condurre

vibrante d'armonia.

Nell'immensità del creato,
riconosco ed onoro il tuo volto,
ascoltando il tuo cuore
e lasciandolo pulsare insieme al
mio.

Noi siamo Uno con due forme
diverse,
mi è stata donata la visione
per poter vedere ciò a cui aneli,
sono al tuo servizio per mostrarti la
via
del tuo sogno,
io sono la libertà che si desta in te!

*

Sii sempre regale e dignitoso, in te
e lascia ogni cosa
che non appartenga al tuo spirito,
avrà la Vera vittoria su tutto.

*

Ogni regno del tuo essere
si sta manifestando dinnanzi a te,
con la freschezza della gioia,
lo rivedi?
Sì e allora
celebra già da ora
la tua maestosità e
Realizzazione!

*

L' illuminato
è colui
che Sa chi È Veramente,
inconfutabilmente.
Il non saperlo ancora,
non pregiudica la Realtà
di “chi tu Sei”.

*

Guarda con attenzione
le parole che usi nel tuo linguaggio,
se trasmettono l'idea di
separazione.
Esse hanno una valenza ed una

frequenza.

Poi, prova a comunicare solo con termini che esprimano unione e osserva cosa succede alla tua vibrazione, al tuo ritmo. È sublime vero?

*

Tutti gli esseri che vedi sono il Vero te stesso, nessuno escluso. Anche tutta la Vita che vedi, sei solo Tu.

*

Perché il Signore dell'Amore
si manifesta attraverso le forme?
Vuole forse fare esperienza
della morte e del cambiamento,
essendo Lui,
immutabile ed eterno?

*

Ogni definizione di te stesso
impedisce alla tua vera natura di
emergere,
continuando a reiterare te stesso
perché credi di essere fatto così,
ecco che allora sei in trappola!
Lascia andare tutto, diventa puro,

libero,
vivi senza sapere,
lascia cadere ogni auto immagine.

Solo così, scevro di quel “tu”,
sentirai sorgere in te uno stato
nuovo,
innocente e incontaminato,
che sa realmente dove andare e
cosa fare.

Allora vivrai
da quel senso di Pace che già sei
ed una nuova Forza
dispiegherà la Vita a te dinnanzi.

Non puoi “vivere l'illuminazione”,
poiché quando accade,
non c'è nessun “io”
e non vi è nessun processo di
pensiero

*

Puoi guardarti negli occhi senza uno
specchio?
Come mai la vista è solo frontale?

*

Tu non sei separato dal mondo,
sei anche il mondo!
E ogni volta che ne abusi,

che togli il permesso
ad una una vita di esistere,
accordandone silenziosamente la
morte,
come quando ti alimenti di un
essere vivente,
stai togliendo vita a te stesso.

*

Il non sopportare rivela
la resistenza dell'ego,
meno sopporti, lotti
e quando lotti, ciò per cui lotti,
si manifesta ancora con più forza
nella tua vita.

*

Tuffati nel vento
e sprigiona il tuo ardore,
la passione sacra
incontro alla Verità,
sancisci il sigillo
di ciò che sei,
senza nessun altro amato

*

Ricordati sempre
di essere grato.
La gratitudine è un'energia
che aumenta la tua espansione
sui piani sottili e rinnova la tua

vitalità.

Essa ti fa crescere nell'abbondanza
e nella comprensione di ogni
momento.

*

Lascia che la volontà dell'infinito
fluisca attraverso il tuo fare,
sarai nutrito ad ogni passo
e sprigionerai Fuoco Divino:
la Grazia del Cielo.

*

Sì, sei nel Qui ed Ora, nel Presente,
l'unico momento che “È”.
Ora, lasciati andare Totalmente...

c'è un Silenzio al di là dei rumori,
una dimensione in sottofondo
al mondo fenomenico,
ecco,
ci sei,
ora, comprendi?

*

Togli il velo dalla tua mente,
la coscienza non è fatta di sola
percezione,
di sensi, di pensieri.
Guarda oltre, guarda “dove”
viene svolto il mondo,
osserva tutto ciò che sono i tuoi atti,

le azioni degli altri
e vai oltre la visuale razionale.
Cos'è quello sfondo in cui tutto
avviene?
Lo vedi?

*

La mente crede di vivere nel
“divenire”,
per questo vive nell'illusione del
mondo.

*

CHI SEI?

Sono nulla, sono in tutto lo spazio,
il mio respiro è l'unica Realtà.

Sono la Vita che si esprime
e tutto ciò che è Vita è respiro.

Sono la Quietude al di là dei suoni.
Sono il Silenzio che fa spazio ai
rumori.

Sono il battito pulsante nella forma.
Sono collegata a tutto ciò che è,
siamo tutti espressioni di un'unica
Vita,
siamo nella stessa radice di
espressione

e prendiamo solo forma.

Intorno al mio respiro

non ci sono più io...

c'è solo aria e Vita

e non c'è nulla...

c'è Vuoto

e il Vuoto è Pieno di Vita

e di forme...

esiste solo il mio respiro

e il battito...di me...

ed io Sono tutto il resto:

la mia Realtà è tutto ciò che vi è

collegato.

C'è Silenzio...

sento solo il mio respiro...

e il mio battito
e la Vita è ovunque
ed Io Sono ovunque...

*

L' UNO non significa solo essere
tutti Uno nell'Uno,
ma risolvere dentro sé che Tutto È.
Oltre la dualità, la separazione.
Sapere che noi siamo già
quell'Unità.

L'UNO è prima di tutto dentro di noi

.

*

Mediti prima di sapere chi Sei,
dopo, che senso ha?

*

Nessuno è da salvare,

poiché tutti sono sul percorso
dell'amore,
anche colui che sembra
così lontano da esso.
Quindi pensa all'altro
solo come a chi è
già dove può essere,
ed è perfetto così,
senza il tuo intervento.
Fidati della sua Essenza,
che sa come e cosa deve fare,
tu non devi salvare nessuno,
neppure te stesso.
Anche tu,
sei perfettamente già dove devi
essere.

*

Fidati della perfezione dei giochi
dell'universo,
esso ha una mente più grande
della tua piccola mente,
quindi connessi ad esso,
sii tu l'universo che si esprime e vai
avanti,
per ciò che sente il tuo cuore.
Non essere quindi triste,
ma gioioso di essere accompagnato
dall'infinito stesso a fare le tue
scelte,
le scelte migliori per te.

*

Quando sai chi sei,
la paura della morte,
scompare...

*

Tutte le vite sono parallele
anche se sembrano
distanziate dalle epoche,
ma quello che sei stato in altra vita
è qui con te anche oggi,
puoi solo volgergli lo sguardo
attento
di chi sceglie di voler sapere ora,
in questo unico momento presente.

*

Ora, qui,
questo istante è il tuo solo
momento.

Il tuo momento dell'amore
manifesto,
il battito d'ali per il quale sei venuto
e tutto il tuo viaggio è stato
fondamentale
per portarti, ora, esattamente dove
sei.

*

Sentiti connesso
con l'infinita forza creatrice

che è già in te
e attendi fiducioso il manifestarsi
dei progetti del tuo cuore e del tuo
essere,
senza ascoltare quel tempo che fu
dei tuoi pensieri meccanici.

*

Stai lasciando
tutto ciò che non ti serve più
per diventare l'individuo regale
e nuovo che già sei.
lascia che dal fecondo invisibile,
come un seme già pronto,
si manifesti nel visibile.

*

Qualsiasi cosa sembri
non fluire nella tua vita
ha in sé l'idea di un'opposizione,
di un dualismo.

Prova invece a rilassartici dentro,
a lasciar correre,
a permettere ad ogni cosa o essere
vivente
di essere semplicemente come sia,
così, senza null'altro.

*

Esiste un solo desiderio,
un'unica brama

che ti renderà libero
e liberato,
sapere chi sei veramente!
Tu sei Colui che guarda,
guardi da un nulla,
dal Vuoto che sei,
sei un unico Essere,
che guarda ogni forma.

*

Se tu giudichi, emani contrazione
e non sei in accordo con l'armonia
dell'universo.
Permetti semplicemente che le cose
accadano,
così, come devono accadere,

senza il tuo intervento,
allora accadrà qualcosa di
meraviglioso:
il cosmo non avrà più bisogno
di mostrarti la tua resistenza
e sarà la fine della sofferenza.

*

Se vuoi cambiare il tuo “esterno”,
sentiti semplicemente in fiducia
verso ogni cosa che vedi dinnanzi a
te
e sappi,
che sei in grado di portare
una trasformazione
anche a ciò che è accaduto fino ad

ora.

Il tempo non esiste, ricordi?

Tu, se lo vuoi, sei già
in una vita appagante
e ricca di tesori.

*

L'universo muta in continuazione,
eppur c'è qualcosa in te
che non si vede, ma È.

In quell'essenza priva di forma,
tu dimori e sei immutabile.

Tu sei vibrazione altissima,
non sei un'energia qualunque,
sei l'Energia,
ma sei tu che la colori di significato,

di allegria o tristezza,
tutto è neutrale in principio.
Segui il principio e dipingilo come un
quadro,
ricordandoti di Te!

*

Chi guarda
ogni cosa,
sei Tu,
sono Io,
siamo Tutti,
lo stesso Essere...
è Colui che guarda.

*

I drammi di vita "incatenano" la tua mente
come le contentezze.

Ogni raggio di luce emessa,
crea immagini sullo schermo della Vita,
le quali ti trattengono nelle "tue" storie.

È così che ti auto convinci,
all'inizio di un percorso di consapevolezza,
di dover ancora imparare qualcosa:
una lezione.

Così va avanti il film, le auto domande,

le riflessioni, ma solo la Verità
può far fermare il film,
la Verità che tutto è Uno,
senza separazione,
per poi arrivare a prima dell'Uno.

Cosa c'è prima dell'Uno?

Prima delle immagini?

Sottostante alle immagini?

*

Perché esiste la sofferenza?

Ciò che credi sia sofferenza sono
solo

immagini proiettate dalla tua
memoria.

Esse hanno lo scopo di sensibilizzarti, di irrompere sul tuo cuore e far sgretolare il muro di pietra di quell'ego mascherato da te stesso.

Ringrazia quelle immagini, quel dolore, hanno avuto il loro scopo, ora puoi vedere la Verità su chi sei veramente: un Regno di Luce e Amore.

*

Tu sei già l'amore che si espande dal tuo cuore,

sei perfettamente composto da
esso,
lascia che anche la tua mente lo
riconosca
e rendilo manifesto.

*

Tu non sei dentro un corpo,
ma è la Coscienza che si serve di
un corpo
che viene attraversato da azioni e
percezioni.

*

È il desiderio che crea il “tuo” film
del mondo.

Senza il desiderio tutto accade
senza un “tu”.

*

La mente può fermare la mente,
arrendendosi a ciò che non può
comprendere,
allora rimane il Silenzio.

*

Che cos'è realmente la liberazione?
Se tu sei schiavo di qualcosa o
qualcuno,
allora dovrai liberarti.
Ma poiché la tua vera natura

originaria
è solo libertà,
perché cerchi di liberarti
da un'illusione?

*

L'intuizione metafisica è lo
strumento
più adatto agli esseri umani
per comprendere chi veramente
sono.

*

Chi sei veramente tu?
Perché mi guardi?

E se tolgo lo specchio, “Chi” resta?
Chi guarda?

*

Il Film della vita ti mette alla prova
cercando di portare la tua
attenzione
all'esterno, togliendo energia al vero
focus,
Tu
e affinché tu possa trovare stabilità
solo nel tuo Sé infinito.

*

Vivi umilmente
ed entrerai
dal portale splendente,
immacolata forma,
che altro non sei
alito d'amore dell'Eccelso.

*

Sei qui per fare esperienza
di ciò che “credi” essere la realtà,
così come gli altri ti vivono
secondo la loro visione della realtà,
in un intreccio infinito di variabili
dove ognuno è ologramma
dell'altro...
infatti solo ciò che pensi esser vero

per te,
diventa effettivo nella “tua realtà”.
A cosa stai decidendo di credere?.

*

Guarda, ascolta, odora, mangia,
tocca,

ma non fare differenza in te di
nessuna cosa,
neppure tra felicità e avversità,
bene o male.

Lascia il controllo e le spiegazioni
della

mente. Dimora solo in te,
in quella parte profonda
che non viene mai toccata.

Tu lo sai, che sei solo quella pace.

*

Non c'è altro che la Verità!

La mente non crede alla Verità

finché non ne fa “esperienza”,

il concedersi di farla

è ciò che apre all'esperienza stessa.

*

Forza!

Riconosciti davvero ora!

Da quel minuscolo

granellino individuale

che credi di essere
a quella potente
e Unica Coscienza Cosmica
che Sei veramente.

*

Non confondere
la storia della tua vita,
con ciò che È.
La Vita gioca,
senza “nessuno” che gioca.

*

Non ti disorientare
con insegnamenti

che sembrano darti
delle risposte
o fornirti indicazioni.
Non puoi liberarti
attraverso dei concetti.

*

Ogni amore, ogni storia,
ogni momento,
sbocciano
dalla tua più profonda vocazione,
che è impressa nello spirito
dell'infinito istante in cui sei ora,
al di là del tempo e dello spazio.

*

CHE COSA SEI?

Sono in tutti gli esseri viventi,
nell' animale predatore
e nella preda
e contemporaneamente nell'insetto
e nella terra dove si svolge...
l'apparente Realtà.

Al di là di quel che sembra
accadere,
ci sono io...
in tutte le cose, in tutte le forme...
sono sempre io:
l'Essenza che si esprime.
Sono anche nell'aria,

sono Tutto senza la forma
e la forma non son altro che lo,
in ogni cosa
in nessuna cosa,
la Realtà che manifesta se stessa.

È la forma che fa comprendere
ancora più profondamente
chi lo sia,
il Tutto, lo Spazio, il Vuoto,
l'intelligenza creatrice.
Ci sono infiniti mondi
e solo l'lo è
eterno ed immutabile,
Dio crea
e tutti siamo Dio

e Dio è Uno.

*

Hai mai provato
a permetterti di non sapere?
Semplicemente ad essere lì, dove
sei,
senza qualificarlo con un perché
o con una spiegazione?
Provalo ora.

*

Se parli o commenti su qualcosa
che era “ieri”,
lo porti qui, ora,
confermandolo come credenza
che si auto perpetua.

Dimentica “ieri” e “domani”,

fai sì che le tue azioni, i tuoi pensieri
siano “nuovi ora”, scevri da ogni
storia,
limpidi, innocenti
e nessun passo fatto prima,
conosca quello che stai per fare.

Ecco che, così, immemore di ciò
che fu,
nessuna conferma arriverà
come peso nell'oggi
e tu sarai libero.

*

Tu esisti già
in tutte le dimensioni divine,

al di là del tempo.

Permettiti allora, qui, adesso, di
recepirlle

nella tua Consapevolezza-Realtà,
trionfando sui i limiti auto imposti
dall'ego.

Ti avvolgerà la vibrazione
della Grazia e della leggerezza
e in quell'istante,
il cuore dell'Amore Cosmico
sarà unito con il Tuo.

*

Tutte le immagini che vedi,
sono il prodotto di una “memoria”
che non è neppure tua ,

ma della Vita stessa.

*

Chi si specchia?

Se né tu né specchio esistete?

Anche lo specchio dell'altro è
illusione,

tu sei Uno,

non solo con gli esseri viventi,
ma anche con gli oggetti.

Tu sei ogni cosa

e la separazione è solo apparente.

*

Tu sei ogni cosa nel “tuo” mondo,
il mondo che vedi,
e non vi è diversità alcuna
dal sogno che accade mentre
dormi.

La differenza tra i due sogni,
sta nel tempo e nello spazio
e così sembrano diversi.

Ma sei sempre tu
il produttore delle immagini,
tu lo stesso sognatore dei due
mondi,
in uno il tempo è veloce, quasi
immediato,
nell'altro il tempo rallenta,

così da farti credere
che il regista sia qualcun altro.

*

Più vai in profondità
con la comprensione della vera
consapevolezza,
più le credenze ed ogni definizione
si dissolvono nel...nulla,
nel senza immagini, senza scenari,
senza storie, e niente più...

*

Ogni storia della tua vita sembra

esistere,
perché “il regista” pensa di averne
bisogno,
perché credi di credere?

Perché i desideri ti tengono
ancorato
alle immagini proiettate da te,
in una realtà che ti vincola
a ciò che sembra materiale.

Ma chi è il vero regista?

*

I drammi ti incatenano
come le contentezze,

perché ogni raggio di luce emessa,
crea immagini sullo schermo della
vita
e assorbe la tua attenzione sul film.

Ma chi è il raggio di luce?

*

Tu sei un riflesso della luce divina
e irradi te stesso in tante apparenti
parti,
ma stai osservando
dal punto di un solo riflesso.

*

Quando dormi
hai la consapevolezza del corpo?
Sei cosciente di essere un
individuo?
Chi sei Tu, mentre stai dormendo?

*

Quando desideri sei insoddisfatto,
se no saresti appagato.
Accogli l'apparente mancanza
come un dono
e sentirai svanire ogni tensione.

*

La pace?

Un miraggio
finché c'è un "me" mai ci sarà,
sono incompatibili.

*

Se guardi ogni persona
nella sua essenza
senza nessuna proiezione egoica,
non sedurrai,
non accuserai,
non ti difenderai
ma sarai solo nella resa
e la fiducia totale nell'Esistenza
sarà tua condottiera.

*

Il permettere è una chiave,
permettiti di sentire l'amore che sei,
non importelo,
conceditelo semplicemente,
accadranno miracoli!

*

Chi sei tu, nello stato di veglia,
mentre “sogni”?

*

L' altro è come un attore a cui tu dai
vita,
si muove, parla e si esprime
a seconda delle tue credenze

interiori.

*

Vivi nella tua integrità.
osservati senza pensiero,
così che lo Sguardo diventi
impersonale.

Non allontanarti dagli altri,
non fare nessuna azione contro
nessuno,
perché l'altro, è te in altra forma.

Vivi nella resa, nel presente, nel
silenzio.

Vivi intimamente con te,
perennemente nell'unità.

*

Lo specchio ride, se tu ridi
e piange se tu piangi.

Ma il gioco della vita non è così
diretto.

Alle volte sei allegro
e qualcuno arriva a rovinarti quel
momento,
così ti senti in collera,
con lui e con tutto il mondo.

Hai perso molto facilmente la tua
allegria,
non trovi?

Allora non era poi così radicata
e forse, quel qualcuno,

è giunto proprio per mostrartelo.
Che benedizione
sapere chi sei attraverso l'altro!
Ringrazialo per averti rivelato
la parte più nascosta di te.

*

Quando sai chi sei,
nulla è più nascosto,
ogni cosa è rivelata.

*

Qual'è il significato della paura,
se non quello di indurti a superarla?
La paura diventa saggezza,
quando riconosciuta

e si trasmuta nel tuo coraggio.

*

Se sei reattivo a qualcuno o a qualcosa,
significa che stai vivendo nel tempo
e quando vivi nel tempo,
vivi nell'ego, nell'insicurezza,
nella personalità.

Ma ricorda, l'Essere
non viene mai toccato
e quando contempi il mondo
con gli occhi dell'Essere,
sei in uno stato di Quietude
in assenza di reazione

e aperto ad ogni comprensione.

*

L'amore non si cerca con la mente,
con il bisogno di riempire un vuoto,
di colmare delle insicurezze.

L'amore si dona
con lo splendore negli occhi,
che manifestano il tuo vero Essere,
perché li hai velati?

*

Nulla ti appartiene
poiché è già tutto tuo,

non hai nessun bisogno
di turbarti per cose che non ti
spettano,
poiché l'unica cosa che ti riguarda
è ciò che Sei,
il resto è un di più.

*

Guarda oltre il mondo materiale,
oltre la mente che misura,
confronta, separa.
Allenare l'occhio interiore
ti farà scorgere la luce degli esseri,
il mondo va oltre la capacità
sensoriale

a cui sei abituato.

*

UNO NELL'UNO

Vieni, questo è il tuo momento,
il tuo tempo,
ascoltiamoci insieme,
tu ed io, noi, creiamo armonia e
amore,
il viaggio incomincia:
volteggia, sorridi, ama,
sentiti al sicuro ce l'hai fatta,
sei a casa,
nella tua casa del cuore:
ogni spazio è tuo,
ogni ricordo è passato,
ogni futuro è annullato.

Tu ora sei,
semplicemente questo momento.
Vieni, dimori qui dall'eternità
ora lo sai,
perché il tempo è solo ora,
nessun vantaggio, nessuna perdita,
ciò che è tuo
rimane tuo,
il resto svanirà.

In te risiede ogni cosa,
ogni forma e
prima della forma,
ogni manifestazione.

Tu sei il dono
tu sei il divino
tu sei il tuo stesso viaggio,

senza meta
senza direzione,
poiché sei già arrivato.

Sei sempre stato qui,
a casa
con noi
con te
tutti insieme, nell'Uno.

*

L'ego ha paura di chi “si è riconosciuto”
e lo attacca, poiché teme la sua morte.

*

Quando ti sarai liberato,
lì, non ci sarà “nessuno”.

*

Tutte le vite sono parallele
anche se sembrano distanziate
dalle epoche,
ma quello che sei stato in altra vita
è qui con te anche oggi,

devi solo volgergli lo sguardo
attento
di chi sceglie
di esserne consapevole.

*

Tu sei come la luce del mattino
che cammina nella Grazia
sui colori del vento,
guardati nella bellezza di un raggio
di sole,
nel profumo di una rosa,
nella vastità del mare,
guardati attraverso ogni cosa,
diventa una gamma di colori

che va verso il cielo
per esplodere in un arcobaleno,
vivi dallo “spazio” la tua parte più
profonda
e abbandona in te ogni ruolo.

*

Lascia andare lo sguardo umano
e guarda ed ascolta con l'essere,
senza commentare.
Con la tua Presenza che osserva,
gli schemi della personalità si
dissolvono
e tu dai a te stesso
e a chiunque giunga in contatto con
te,

l'opportunità di vedere
con gli occhi dell'Infinito.

*

Quando sei consapevole
diventi cosciente dei meccanismi
egoici
e non sentirai più il bisogno
di manipolare nessuno,
né di usare gli altri,
giacché sarà scomparsa dalla tua
percezione
la vibrazione della debolezza.

*

Ci vuole scelta e disciplina
affinché l'ego si arrenda
volontariamente
alla sua lotta
e lasci spazio al vero sapere,
alla vera conoscenza,
che è al di là delle sue limitate
possibilità.

*

Entrare nella tua Vera Vita significa
che tu diventi ciò che già Sei:
l'accettazione,
la gioia,
la gratitudine
e l'entusiasmo per ogni cosa.

Poiché tu sai,
che questa è la tua vera natura.
Solo allora
toccherai silenziosamente altri
esseri,
alzerai le tue e le loro vibrazioni,
diventando sempre più sottile,
leggero, fluente e lucente.

*

Quando sei vivo
e quando vivi,
il mondo accade.

*

Perché hai permesso al dolore di sopraffarti?

Esso è necessario affinché ti aiuti ad aprire il cuore, a contattare la tua parte profonda, tu l'hai accolto il tuo dolore ?

Sai da dove viene il dolore?

Dalla separazione con sé stessi.

È così che la mente, col suo razionale, conduce in luoghi apparentemente sicuri, ma se tu riconoscessi la tua unità, il dolore si annullerebbe all'istante.

Ogni mistero rimane tale
perché tu possa
continuare a “sognare”...

*

Se sei in un percorso di
consapevolezza,
vuoi sempre conoscere, sapere,
ma così dai potere al film, alle auto
domande, alle riflessioni...
sei dentro ad un vortice.
Se vuoi, puoi fermare il film, come?
Con la Verità di Chi Sei Veramente:
la Verità che non sei separato da
nulla,
e che tutto è Uno, nella

manifestazione cosmica.

Poi, saprai di essere ancora
qualcos'altro,
prima di quell'Uno.

*

Quando sai chi sei veramente,
la tua storia di vita,
crolla,
inesorabilmente.

*

Tu, chi sei veramente?
Sei tu colei o colui che che brama,
qualche cosa o qualcuno?

No, tu non sei quello,
perché tu sei Tutto,
come puoi volere qualcosa che hai
già?

Tu hai già Tutto.

*

Il Sé osserva il personaggio.
Ma Il tuo baricentro non è nel
personaggio,
è fuori dal sogno.
Il tuo Vero Centro è fuori dal film.

*

Tu sei il percettore del Silenzio
in cui avviene la Vita.

*

I problemi sono espressione
di pensieri sbagliati
e tu diventi triste
perché stai negando a te stesso
la tua realtà divina.

Ma sei solo apparentemente
separato
dalla Fonte,
poiché in realtà sei un essere
perfetto
dotato di un potere illimitato

*

Se parli di pace,
mettila in pratica,
poiché se tu sei davvero in pace,
sei in grado di dimostrarlo in ogni
cosa
e le tue azioni
non vivono più nella separazione.
Ricordati che la Verità
si svela nell'unità del tuo cuore
con quello dell'Esistenza.

*

Troppe domande
sforzi o astrazioni,

per sapere chi sei
sono vani, perché
ti trattengono nel film.

*

Agisci senza nessuno
che agisce,
è così che tutto si compie.

*

Ti sei mai chiesto chi c'è
o cosa c'è
sottostante a tutte le immagini che
vedi?

C'è un'intelligenza priva di forma

auto consapevole di se stessa.
Ma allora a che ti serve
far finta di avere un corpo
e confermare questa credenza,
per proseguire a fare esperienza
nel tuo mondo?

L'energia della vita in sé,
non ha un vero senso,
perché è neutrale,
l'intento glielo dai tu, se vuoi,
giacché l'unico vero scopo
è vivere ciò che È.

*

È molto semplice

sviluppare gli altri sensi
di cui siamo naturalmente dotati,
se vuoi.

Vai in un luogo della natura
rigoglioso
e guarda in silenzio.

Ora porgi il tuo sguardo
su dei fiori, che aiutano a spegnere
il brusio
mentale in modo spontaneo,
osserva la loro vitalità, il loro
respiro.

Guardali come se li vedessi per la
prima
volta e non sapessi cosa sono,

connettiti con la loro frequenza,
col silenzio delicato che emanano,
con la loro espressione di gioia
manifesta.

Percepirai un'aura invisibile piena di
Vita
e di luce brillante...ed uno “spazio”

...

resta in ascolto,
loro sono portali, doni di pura
bellezza dall'universo
ed hanno una funzione specifica:
portarti
oltre la realtà che sei abituato a
vivere.

Lasciati guidare con mente aperta

e sguardo fulgente...e saprai...

*

Il non manifesto è anche se stesso
ben percettibile,
ma nel senso di Esistente.

Esiste al di là di ogni forma,
come spazio invisibile e sottostante
e collegato ad ognuna.

È Vita che prende forma ed ognuna
è nello stesso movimento
concatenato globale.

Tutto proviene dall'invisibile non
manifesto
senza tempo da cui è generato.

*

Dov'è il mondo, quando dormi?

*

Tutta la Vita è sensuale, danzante,
è esplosione di Forza,
piena di Grazia,
umiltà e magnificenza.

Poni attenzione a tutto questo,
al Ritmo Globale
in cui Ora Sei.

*

Non guardare la forma umana

del maestro,
ti confonderesti,
il maestro è un'energia di
consapevolezza
che attraversa una forma umana.

*

Incontrare un maestro vivente
è una Grazia divina,
cogli l'opportunità,
poiché sei pronto
ad incontrarTi realmente.

*

MILLE FILI COLORATI

Amore è una parola come un sasso,
se tu la usi per vivere il tuo
egoismo,
nulla ti porterà neanche vicino ad
esso
se non lasci andare tutto ciò
che credi di essere,
lasciati andare come il vento tra le
foglie
e benedici ogni risvolto
o piega del tuo essere,
in qualunque modo sia.

Non aspettarti niente dall'infinito

stesso che tu sei,
giacché ne saresti separato,
ma invece ingloba ogni cosa
ed ogni essere nel tuo cuore più
profondo.

Non ascoltare voci silenti che ti
guardano senza carezze,
ma dona ciò che hai in quel
momento
a chiunque tu abbia davanti senza
distinzioni.

Lascia andare ogni giudizio sulle
specie e sulle definizioni
e fai sì che solo la goccia santa del
tuo amore per la vita

inondi ogni spazio che ti concedi.

Non esiste materia e non materia,
ma solo nobili aree del tuo pensiero
e della tua forma.

Non chiederti perché non sei,
ma guarda ciò che sei,
il miracolo della vita che sorge in te
ad ogni respiro.

L' intorno che ti muove ed il dentro
che sembra,
non sono separati,
ma uniti da mille fili colorati,
come luci di un arcobaleno
dove tu ne suoni il canto.

Siediti ora con te accanto
e lascia scorrere l'acqua di vita
della tua sacralità,
immergiti fino in fondo
in questa pienezza sottile
e percorriti da sopra a sotto,
da lontano e da vicino,
ovunque cerchi spazio
sai che è già tutto te.
Non cercare volti nuovi,
ma ama quelli che conosci
perché sono gli stessi,
solo tu cambi loro la forma,
ma nessun diverso esiste
se non nel tuo cuore che non sente.

Quando senti, sei
quando senti, ami
quando senti, sei connesso
e questo ti basta,
questo è tutto,
questo è l'amore che puoi ora
nella tua dimensione alata,
altre ne verranno
e allora ti muoverai tra esse come
nei sogni
ma ora stai dove sei,
è perfetto,
ogni cosa lo è,
ogni amore è grato di essere,
quindi,
che tu sia!

*

La creazione è impersonale,
quando l'ego Vuole, nulla ottiene,
quando fluisce in ciò che È,
sta amando impersonalmente,
perciò la luce di ogni cosa sfolgora,
bagliori giungono al di là di ogni
fenomeno
poiché quella è la Grazia,
che avvolge il Tutto.

*

Quando vai in reazione
per qualcosa che ti viene detto o
agito
è perché qualcuno sta toccando
“l'idea che hai di te” riguardo a

quella cosa.

Ma senza “le idee di te”, chi sei tu?

*

Tu fai “esperienza della realtà”
immaginandola.

*

Fai ciò che “senti” e sarai nel flusso,
manifestando opportunità,
fai ciò che “pensi” e alimenterai
il dialogo interno
che dissimulerà ogni cosa,
trasformandola in necessità.

*

A chi accade la Vita?

Accade davvero a “te”,

o semplicemente accade?

Se la Vita accade come deve
accadere,

chi si pone il perché delle cose?

*

Se vuoi sapere chi sei veramente,
indaga sulla vita, sulla morte
e su chi eri prima di nascere.

Da dove provieni?

*

Le emozioni hanno una vita propria,
vogliono essere rivissute,
vogliono rivivere attraverso te,
si nutrono di te.

Ma perché esse sussistano
Tu ed il tuo centro,
vi dovete mettere da parte.

Esse sono parti integranti dell'ego
e le puoi riconoscere
poiché si trasformano rapidamente
nel loro opposto.

Se c'è un contrario, nella tua
emozione,
quella appartiene all'ego,
se invece c'è solo pienezza, pace,
tranquillità, non dovuti a nulla, senza

oggetto, senza un soggetto,
allora appartengono al Vero Te.

*

Quando l'azione è autentica,
rivela un'intenzione impersonale
ed è nel sincronismo armonico
dell'infinito.

*

Non c'è nessun io
poiché questo significa credere nei
miraggi,
immergiti nell'unico Luogo che
esiste,
la tua Vera Dimora,

dove nessuna dualità esiste.

*

Se si pensa senza agire verso
quella cosa,
nulla accade, perché intenzione e
azione
sono interdipendenti.
Ma chi è il Reale pensatore?

*

Sei tu che crei-immagini la
"modalità"
di una persona,
a seconda di ciò che vuoi imparare

come lezione di vita in quel momento.

*

Catalogando qualcuno od una situazione,
dai energia e attenzione a quella “realtà”,
facendola accedere nella tua.
Non commentando nulla, invece,
generi neutralità e vera libertà.

*

L' essere umano vive due tipi di emozioni,
quelle che lo identificano

con i cinque sensi e la mente
e le emozioni superiori,
spirituali o mistiche.

Le emozioni superiori sono
riconoscibili
perché vi è una marcata riduzione
di identificazione con l'ego.
Esse hanno la caratteristica di
trascendere
l'esistenza mondana e tutti i
fenomeni,
liberando gli schemi di credenze in
cui
l'ego è sprofondato.

Infatti esse tolgono nutrimento

all'ego,
portando più autorità e spazio
nella propria vita.

Alimentarle è una scelta costante
che aumenta la Forza interiore.

*

Permettiti e concediti di “sparire”
e sarai Uno con la Verità.

*

VIANDANTE NELL'ACQUA DI SOLE

A te viandante,
sono nel cuore dell'Essenza per
condurti
dove già sei dall'eterno.

Il tuo volto mi è così noto
che mi sento vibrare insieme a te,
lo posso percepire nel mio cuore
perché è il tuo.

Insieme volteggiamo
nel mare immortale,
nell'acqua di sole,

mentre al di sopra,
le onde della tempesta
si infrangono nelle apparenti
divisioni.

Tu mi riconosci in te,
giacché sai che siamo
quell'Uno calmo,
dimorante nell'infinito
senza tempo
di questo momento.

*

Ogni cosa che riconosci,
consciamente o inconsciamente,
entra a far parte del tuo mondo.
Andando oltre l'io, il "chi" ed il "tuo",
tutto avviene in un movimento
che appare e scompare nel flusso
della Vita.

*

Ogni intenzione viene
sempre ispirata dal Sé,
per un globale disegno cosmico.

*

La "parte degli attori iniqui"

di questa commedia che è la Vita
si adopera per farti arrivare all'Uno.

Ma chi sono questi attori? Buoni o
cattivi?

Esistono veramente?

Vi è davvero una messa in scena
per arrivare dove sei già?

Quando tu sei l'Uno e prima
dell'Uno?

Hai ancora bisogno di crederci?

O puoi semplicemente attraversare
questo

mondo senza nessun "io" agente?

Ti servono

ancora tutte queste immagini? Sei

sicuro?

O le fai “sussistere” perché ancora
lotti?

Con te stesso? Con gli “altri te”?

Cosa vuoi?

Chi vuole?

Vuoi uscire dalle scene?

Tu sei già al di fuori di esse.

Tu sei già.

Tu sei l'io Sono.

Nessun tu, nessun io,

nulla, Tutto, pace...

oltre.

*

Quando il tuo principale focus

interiore

è centrato sul Sé,

diventi consapevole che la tua vita
non è più tua,

i tuoi desideri non sono più tuoi,

giacché tutto è rimesso

nelle braccia amorevoli

dell'Esistenza,

la quale rivela i “giochi”

dell'intelligenza infinita.

Quell'Esistenza è il tuo vero Io
Impersonale.

*

Possa il cuore di tutti gli esseri
viventi
e della madre terra che ci ospita,
essere benedetto dall'infinito amore
che Sei.

*

Il problema non è mai in ciò che
accade,
ma nel coinvolgimento che hai,
riguardo a ciò che accade,
meno coinvolgimento meno ego,
meno ego meno giudizio,
meno giudizio più comprensione,
più comprensione più compassione.

*

È l'Esistenza che agisce attraverso
di te,
sia che tu ne sia cosciente o no,
la consapevolezza semplicemente ti
mostra
che non vi è nessun io personale ad
agire,
ma il divino Io dell'Infinito,
la tua Vera Natura.

*

Quando la tua attenzione
è focalizzata sul Sé,
i tuoi pensieri diventano puri e calmi.

In questo modo trasformi
il tuo campo energetico
ed inizi ad emanare vibrazioni più
elevate,
più forza, più chiarezza e scopo.

È così che sei allineato con la
Fonte.

*

Fidati del gioco Divino
dell'Esistenza,
Essa conosce
ciò che tu non puoi conoscere,
ed ogni singola azione è partecipe
di un significato globale

nel movimento cosmico.

*

Accetta,
perché l'Amore accetta ogni cosa
così com'è.

*

A volte il "limite" è necessario
per trasformarlo
in un portale sull'immensità.

*

Guarda senza commentare...è
Tutto.

*

Tu occupati di ciò che attraversa te.
Se “qualcuno” non sembra allineato
con te,
con la tua vibrazione,
è perché non è ancora pronto,
come non lo eri tu prima.
La comprensione è amore,
è tolleranza, è accoglienza.

Incomincia da te, dal tuo esempio,
affinché l'umanità possa
comprendere,
tutto il resto lascialo nelle mani
del divino gioco cosmico.
Senza pretendere che l'altro

ti segua nelle tue azioni o che faccia scelte

che tu hai già compreso e poi agito.

Siamo tutti insieme in questo

viaggio della

vita, verso l'evoluzione.

L'altro da te in Realtà non esiste,

poiché c'è un'unica Coscienza.

Quella Coscienza che Sa, che non

giudica.

Ed ogni accadimento, anche il più

piccolo

ha senso di esistere,

esattamente così com'è.

*

I vecchi film inconsci tornano a galla?

Bene, guardali, sono programmi inseriti in una pseudo memoria, contemplali solo e come nuvole lasciali andare.

Sii presente a ciò che vedi dinnanzi a te,

entra nel presente eterno

e ad un certo punto

vedrai scomparire anche le immagini,

quando le immagini

scompaiono...chi resta?

Chi è colui che resta?

Chi è colui che guarda?

*

Ciò che è “all'esterno”
è un riflesso del “tuo interno”,
le sfide arrivano per superare te
stesso,
nell'accettare che ciò che accade
“È”,
semplicemente.

Gli ostacoli possono esserci,
ma tu prenditi la responsabilità
di non identificarti con essi,
guardali come se fossero in un film,
ma non essere passivo.

L'osservare è un gesto attivo, vivo,

poi, riconosci il mondo per quello
che È:
una realtà virtuale e sappi,
che la Coscienza è l'unica Realtà
infinita
di ciò che sei veramente.

*

Finché ti permetti di giudicare buono
o
cattivo qualcosa o qualcuno, lo stai
guardando dal punto della dualità,
dall'ego, dalla mente.

Quando smetterai di commentare e
guarderai soltanto...sentirai sorgere

un nuovo spazio in te,
lo spazio della quiete, lo spazio
dell'unità.

Esso non ha bisogno di commenti,
né di spiegazioni : Tutto è come
deve essere

e dove va la tua attenzione,
lì, è ciò che ti viene mostrato, per
te,

per evolverti, senza null'altro che il
guardare:

stai permettendo alla Vita di
guardare attraverso te!

*

Il Silenzio è la chiave dell'Io Sono.
In quella Quiete tra i rumori,
è lì che l'Essere dimora,
in quell'oblio senza identità, senza
nessuno.

Da quel silenzio ove regna la pace,
sorge quell'azione che genera la
manifestazione.

Più ti apri alla fiducia dell'Io Sono,
più ti apri al vero Te
ed alla Realtà della Divina
Creazione.

Quando sai Chi sei veramente,
sai che nessun ego può scegliere,
né creare.

*

Se io non sono colui che agisce,
esisto?

Che cosa esiste al di là di colui che
crede

di agire come "io" ?

Chi agisce veramente tramite
questo corpo
e questa mente?

C'è davvero qualcosa di personale
nella Vita stessa? Che importanza
ha?

A chi importa?

*

Osservare se stessi non è un gesto

passivo

ma consapevole. Chi osserva?

Quando sogni e quando vivi,

Chi è colui che guarda entrambe le cose?

*

Quando l'amore è incondizionato

non sei al centro del rapporto,

non c'è un "io" che chiede spazio,

che domina,

che si difende,

che si promuove,

che insegue una sintonia.

In tutti questi esempi l'amore

diventa
condizionato e condizionante.

Imparare ad amare significa saper distinguere obiettivamente quali pensieri, emozioni, reazioni stanno attraversando quel "tu" che non sei tu. Questo è il primo passo per conoscere i tuoi condizionamenti nei confronti di una relazione, il solo auto osservarti obiettivamente è la tua apertura di cuore incontro alla Realtà dell'Amore Vero

ed incondizionato.

*

Più "lo sguardo" è senza mente,
più scorgi l'essenza di tutti gli esseri
e di tutte le cose,
nella loro rivelazione.

*

Come fai a sapere qual'è la "tua"
verità interiore?
O ancor meglio,
qual'è il programma della "tua
intenzione di
nascita", stabilita per il viaggio qui in

terra?

Quando sai che tutto va comunque,
come è già stabilito che vada, né
bello,
né brutto, in quanto tutto accade,
perché così deve accadere.

E quando sai,
che l'intervento dell'io
non ha alcun significato,
se non quello che tu credi di
attribuirgli?

Resta allineato con il Sé,
con l'armonia dell'universo,
senza resistenze,
allora sarai semplicemente saggio...
e null'altro.

*

Ciao divina bellezza,
che sorgi ogni giorno,
sotto lo sguardo del Creatore
e guardi con i miei occhi,
che sono gli stessi tuoi.

Io riposo in te
dalla notte dei tempi
e mi risveglio
al calar della notte,
nel tuo sonno senza sogni.

Abbracciarmi,
da quell'amore infinito
che Sei,
Io sono te,
senza la forma.

*

Dai significato alla Vita,
impegnati, per ricordare chi sei,
vivi ispirato,
vai in profondità.

Non accontentarti,
ma muovi il Potere
che è in te.

Servi gli altri
con la Forza Divina che ti attraversa
e non sentirti mai meritevole
di nulla.

Ogni tuo gesto ha la grazia della
vita

ed io lo sento dentro di me,
come se io l'avessi compiuto.

*

Ascolta il tuo cuore, non la tua
mente

che ti porta in lidi lontani.

Seguendo il cuore, la comprensione
delle cose arriva spontanea,
direttamente dalla Fonte.

Così incominci ad espanderti ed
arrivi

alla dimensione dell'accettare,
che è un livello progredito di te
stesso.

*

L'Amore non può essere cercato,
richiesto, desiderato,
poiché l'Amore È.

Lasciati accadere dall'amore,
entraci come fosse un portale,
poiché l'Amore è sempre
energeticamente Presente,
nello spazio in cui ti trovi.

*

MAESTOSITA' DI UN ESSERE

Seppur io viva
apparentemente nel mondo,
vi è un luogo in me
dove riposo solitaria,
con una visione dall'alto
di tutte le cose.

Da quello spazio
vedo, amo, ricordo.
Da lì ogni cosa è
solenne,
anche la più piccola
anche il mio stesso sguardo,

infinito,
spettatore
ed Unico.

*

Stai semplicemente in quello che c'è.

Non porti troppe domande a riguardo delle storie che stai vivendo

o che stanno vivendo gli altri.

Sii partecipe, ma non entrare troppo nel merito di nessuna questione, neppure delle tue.

Così facendo, lascerai al Sé la qualità della vita, senza dargli sempre un significato personale.

Sarà la Vita del Sé che guarderà la VITA

attraverso te e non ci sarà più un io

che guarda la “sua” vita.

*

La tua bellezza non avrà mai fine
ed il mio sguardo
la coglierà in ogni luogo del mondo.

*

Vai sempre oltre te stesso
e donati come meglio puoi.
Non aver paura di offrirti,
poiché verrai ripagato in
abbondanza.
Non c'è bisogno di creare nuove
tracce

hai già ciò che ti serve per
incominciare,
tu sei già compiuto.

*

La compassione è la frequenza di
amore
vibrazionalmente più alta che puoi
sperimentare.

È una Forza Naturale
ed è presente in tutto l'Universo.
Per poter accedervi lasciati andare
ad un flusso d' amore neutrale,
ossia privo di aspettative e
attaccamenti.

In questo modo
aumenti la tua frequenza
vibrazionale,
togliendo potere all'ego
ed ai programmi – memorie
che cessano così di auto
alimentarsi.
Solo in quel momento
crei coscientemente la tua vita.

*

Quando ti concedi di aprirti
alla tua multi-dimensionalità ,
integri le differenti qualità
dell'Essenza:
ad un livello di apertura,

vi è la Coscienza che diventa
consapevole di se stessa...
sei quel testimone che vive al di là
di essa, nell'Essenza.

Oltre, giungi a fonderti in una
dimensione
ancora più ampia,
quella dell'Assoluto Nulla,
prima della creazione.

*

Se sei in contrasto con l'altro,
chiediti :
" È più importante voler aver
ragione,

esprimere la mia rabbia,
o è più importante questa
relazione?”.

Se è più importante la relazione,
trattieniti,
osserva la rabbia,
ma non buttarla addosso a
nessuno.

In quel momento, di scelta interiore,
hai
vinto!

Hai vinto sui tuoi meccanismi,
hai aggiunto potere al tuo vero Io,
sei stato padrone dell'emotività
che non ha mai a che fare
con il momento presente, ma con le

tue
ferite.

Scegliendo la relazione
hai fatto un altro passo avanti verso
l'amore
di te, dell'altro.
Ora, il tuo Potere sei Tu.

*

Il giudizio verso una persona
ti separa sempre da chi sei
veramente,
impedendoti di riconoscere
la tua autentica natura.
Anche solo etichettando,

copri la Verità dell'altro,
ma soprattutto ottenebri la tua.
Il classificare qualcuno è una forma
manipolatoria dell'ego
per farti dimenticare di te.
Non permetterti di incasellare nulla,
così non ti contrai,
ma ti espandi: questo è uno
dei segreti della Realtà.

*

Gli occhi sono il riflesso del Cuore.
Se lo sguardo è caldo e lucente,
è connesso direttamente al cuore.
Invero, se vedi qualcosa di

impenetrabile, anche il Cuore
ha uno scudo.

*

Se il tuo orgoglio è più forte
dell'Amore,
che significato ha la Vita?

*

Se sai chi sei,
diventerai ineluttabilmente ordinario
e proprio per questo
sarà difficile “essere riconosciuto”
da chi non è ancora pronto...
a ricordarsi di sé.

*

Ego, anima, conscio, inconscio...
quanti apparenti frazionamenti ,
Tu sei Integro!

*

Possa il tuo sguardo riempirsi
d'Universo
attraverso il Mio Amore.

*

SONO NESSUNO

Sono nessuno
da nessuna parte
cioè ovunque,
poiché sono tutto lo spazio.

Ecco, sono arrivata qui
e vi ero già
ovunque io sia,
in gioia,
questo è tutto.

Questo è il momento perfetto,
perfetto perché sono
semplicemente qui,
ovunque e da nessuna parte,

per l'eternità...

Sono tutta in questo momento,
la mia volontà è compiuta,
nella perfezione di questo istante,
così com'è.

Qui non c'è più nulla
da cercare,
è tutto semplicemente qui,
ora.

Questa è la quiete che ricevo in me,
da me,
tutto è sempre stato qui,
dall'eterno ora.

Qui, non c'è nessuno
nemmeno io,

nessun tu
noi,
ma nulla.

Solo un nulla cercavo,
senza saperlo,
ed ho trovato il nulla che sono,
nel nulla perpetuo.

Che pace esser solo qui,
in questo momento,
senza nessuna storia passata,
né futura,
senza dualità,
priva di qualcosa,
priva di identità.

Ora,

posso scegliere di entrare
ed uscire
dal film
e so
che e' solo un gioco.

*

Non esiste due senza di Me
Non esiste che Uno, quindi Io,
quindi Coscienza,
nessun noi, nessun tu, nessun voi,
ma UNO, Coscienza, Vuoto, Nulla.
Ogni identificazione
è qualcosa che non sono Io
Coscienza,
tutto è un gioco che ha preso
forma,
dall'Uno,
l'anima, lo spirito, sono tutte forme,
anche le sfere di luce.
Io sono senza forma,
il NON che prende forma,
ma sono UNO,

l' Eterna Coscienza,
la Consapevolezza,
il Vuoto, senza forma.
Dissolvi ogni forma
per riconoscere che Io Sono te,
solo così sai chi sei veramente.

*

Sono con te da sempre
e mai ti abbandono,
vieni, torniamo a Casa
e abitiamo insieme la nostra
Vera Dimora
dai muri d'infinito.

*

Che la vita sia!
Che l'amore sia! Che l'armonia sia!
Tutto pervade tutto
la gioia si fonde con la
consapevolezza,
l'armonia si estende in ogni passo
che tutto sia
che tutto ritorni alla gioia
che tutto sia la gioia,
io sono, tu sei, noi siamo.

*

Libertà è scelta,
scelta è libertà,

scegli l'armonia, la tranquillità,
l'integrità.

Così volgi lo sguardo
dove la vita fluisce ed anche tu
fluisci,
il viaggio continua nel gioco
terrestre
semplificando, togliendo,
ciò che rimane, è l'essenziale.

*

L'universo si esprime attraverso di
te
con i suoi colori,
così come fa con tutti
ed ogni manifestazione,

vivi questa splendore
con incanto e gratitudine.

*

Fintanto che ti preoccupi
di quello che si pensa di te,
appartieni a quel pensiero
e ti impedisce di fluire.

*

Noi siamo boccioli, gemme di vita
e per esser qui
abbiamo impegnato tutta la nostra
energia,
attraversando forze immani,

perché è la nostra natura,
la natura di vivere, di essere...
poi abbiamo ceduto alla seduzione
e ci siamo apparentemente perduti.
Dov'è andata la nostra forza?
È sempre con noi,
perché noi siamo quella Forza della
Natura,
basta solo ricordarcelo.

*

Sei disposto a "morire" per la
Verità?

*

Basta solo un momento
di Totale Sincerità
per sapere chi sei!

*

Nell'ascolto puro ci si sente vuoti,
si ascolta l'altro totalmente,
la sua energia, il suo respiro,
la sua essenza.

Ogni personale pensiero
interrompe il flusso dell'altro
impedendogli di ri - trovarsi,
di esplorare se stesso,
ma lo impediremo anche a noi.
Ogni nostro pensiero

sarà come un muro per entrambi.
Facciamoci attraversare
dall'Essenza,
che siamo,
non dal nostro personaggio
e tutto fluirà come una rinascita.

*

Ti aspetto al tramonto,
nella nostra casa fatta dai sogni,
sono nel Centro,
non ti puoi sbagliare,
lì mi troverai sempre.

*

La Vita è amore senza confini,

abbiamo un unico battito.

*

Sei un essere elettromagnetico
in un corpo, puoi vivere
cosmicamente
anche solo viaggiando all'interno di
te
e scoprire dimensioni nuove,
piani di coscienza.
Avventurati nei mondi dello spirito
e l'esterno magicamente ti
rispecchierà.

*

Se chiedi perdono per una colpa,
stai sostenendo di essere colpevole,
sii ciò che vuoi essere ora,
poiché ieri non esiste.

Chi sei tu, se non questo momento?
Scegli quindi di nascere adesso,
nuovo,
in ogni istante,
solo così, lasci andare l'illusione di
quel "ieri"
che non è mai stato.
Questo è il nuovo paradigma.

*

Un amore che non ha confini è il tuo

dono,
il dono di sé che porti nel cuore,
offrilo a chi incontri,
senza mai farti da parte.
Il tuo cuore sa già amare con
totalità.

*

Quando gentilezza, delicatezza
e armonia si incontrano,
una nuova fioritura
esplode fragrante nell'universo,
chi ha in sé queste qualità
abbraccia il cosmo intero.
Sei dotato di femminile e maschile

e quando sei pronto,
tutto l'infinito “lavora” per te,
perché tu possa manifestarti
nell'apparente “altro”,
tali e sacre qualità.

*

Non c'è nessun Maestro,
nessuna Guida.
Finché ci sarà un Maestro dentro,
ci sarà un Maestro anche fuori,
nello
specchio.
Ma questa è sempre
un'identificazione,
in realtà non c'è oggetto né

soggetto,
non c'è né fuori né dentro,
ma solo un "centro" infinito,
quel Centro, sei TU.

*

Sii gentile con chi ha problemi,
così sarai gentile con te stesso,
se li risolve, li avrete dissolti
insieme,
perché nessuno in Realtà
è così "altro" da te.

*

Se vuoi imparare ad amare te

stesso,
incomincia a riconoscere la vitalità
che scorre nel tuo corpo,
quel flusso che si svolge dentro
e dinanzi a te.

Cos'è, che malgrado te,
ti tiene in Vita se non l'amore
stesso?

*

Uno significa risolvere
dentro di sé la dualità
e sapere che noi siamo già,
quell'Unità.

*

Quando credi di attirare a te
qualcosa
o qualcuno,
ti poni in una separazione, da te
all'oggetto
ma Tu sei colui che genera le cose,
non le crei neppure, perché si
suppone
che anche il creare sia separato da
un tu.

Tu sei tutte le cose, tu sei colui che
È.

Tutto è già qui,
perché tu Sei l'unico soggetto,

tutto proviene da te.

Sono i personaggi da te generati
e mai separati
che si muovono su di te,
lo Schermo.

Tu sei l'effetto e la causa, insieme.

*

L'esperienza dell'illuminazione
è un termine
usato impropriamente,
poiché non è un esperienza,
non è un vedere,
non è un sapere.

*

Non puoi riconoscere un “illuminato”
con la mente.

Puoi solo verificare che,
se hai paura della Verità,
il tuo ego se ne sentirà minacciato.

Se invece sei pronto
a riconoscerti anche tu,
sentirai il tuo Cuore che si schiude
e avrai la sensazione di essere a
casa,
nella tua Vera Dimora.

*

Vivi con mani vuote

e mente aperta,
vivi con niente,
per trovare Tutto.

Non ci sono io, non ci sei tu:
solo noi, nell'Uno, nel Vuoto,
nell'Amore.

Ritorna a Casa!

*

Non ci sono maestri,
solo Consapevolezza che pervade
e si riversa,
solo specchi apparenti,
per mostrarti quello che tu già sai
nella profondità di te stesso.

*

Sei coscienza integra, in
movimento,
che fa esperienza di un corpo,
Tu, sei al di là di questo corpo.

*

Quando la mente diventa silente,
la Quiete si diffonde
con la sua velata melodia.

*

Stai più che puoi in silenzio,
poiché troppo pensare
inibisce la percezione
dei piani sottili

e della Forza Potente
racchiusa nel tuo Cuore.
Il silenzio apre ogni portale,
mentre il pensiero addensa
la tua vibrazione, facendoti
precipitare in piani molto stratificati
in cui, apparentemente,
sei disconnesso
con il suono cosmico.
Ma soprattutto così accade,
che “perdi” Vita.

*

Non limitarti mai,
contempla il riflesso di Te

e osserva l'illusione del mondo,
lasciati andare all'essenza
dell'universo.

e magicamente ricorderai
ciò che da tutta la vita aspetti di
ricordare.

*

Esiste solo il Divino
che ci attraversa,
la stessa Essenza per tutta
l'umanità,
per i fiori, per il mare, per l'aria,
per tutti gli esseri viventi,
è lo stesso Essere che percorre in

noi
e gioca, danza, si sperimenta,
grazie Vita!

*

Ci sono diversi livelli
di apertura di consapevolezza,
di vera conoscenza e
comprensione,
più riesci ad accettare di non
esistere,
più si schiude la Vera Realtà:
è tutto un Sogno Cosmico,
Tutto È,
perché nulla è.

*

E adesso, vai anche oltre colui che
osserva,
il Testimone, vai dove tutto
scompare: forme,
energia, movimento...ecco,
Ora Sei il Supremo.

*

Ringraziamenti

Questi “frammenti” sono stati presi da libri e diari che ho scritto nel corso di questo viaggio apparentemente manifesto, libri di prossima pubblicazione.

Grazie al Divino Amore che È!

INDICE

Prefazione

Introduzione

Sogno Cosmico

LIBERTÀ CHE SI DESTA
IN TE

CHI SEI?

CHE COSA SEI?

UNO NELL'UNO

MILLE FILI COLORATI

VIANDANTE NELL'ACQUA
DI SOLE

MAESTOSITA' DI UN
ESSERE

SONO NESSUNO

Ringraziamenti