

5. Esperienza di Meditazione

Relatore: Prashant Kakoday – Marzo 2013 – Cambridge, UK

Usiamo questa sezione per la pratica della meditazione, quindi seguite queste parole. Scegliete una posizione comoda e muovetevi pure se ne avete bisogno. Tenete gli occhi aperti se volete, respirate normalmente meglio se profondamente. Diciamo al corpo di rilassarsi. Ricordiamo a noi stessi che ora, in questo posto, siamo degli ospiti. Siamo ospiti in questa casa e come tali non possediamo niente qui; quindi non possiamo perdere niente, sentiamo la leggerezza dell'ospite e la sua sicurezza.

Ricordiamo a noi stessi che siamo ospiti in questo pianeta, le Anime sono ospiti persino in questo corpo ed essendo ospiti, non possediamo niente su questo pianeta quindi non possiamo perdere niente e nessuno ci appartiene su questo pianeta. Non perdiamo mai nessuno e sentiamo la leggerezza e la sicurezza dell'ospite. Vediamo questo ospite, l'Anima, nella forma di una stella viva e cosciente. Solo un'immagine ma è importante sapere che questa piccola stella è separata e appartiene a un mondo differente. Questo è il motivo per il quale l'ospite è associato temporaneamente a molte cose di questo mondo. Temporaneamente associato con il corpo, persone e oggetti. Vediamo questa realtà e capiamo che questo osservatore e ospite è la persona reale, è la mia vera forma. Questa minuscola stella vivente è la nostra vera forma, l'unica forma. Vediamo questa realtà, vediamo questa meraviglia.

Ora l'ospite torna a casa e in un secondo torniamo in quel cielo, il cielo oltre il cielo. Un mondo di totale silenzio, un mondo di luce. Questo mondo è eterno. Stiamo vedendo questa realtà, questa non è meditazione, questa è la casa delle stelle viventi. Loro appartengono a questo mondo. Un mondo di eterna sicurezza, senza tempo, che non cambia mai, senza fine. Questa è la vera casa delle stelle viventi, la nostra casa. Questa è la casa eterna. Questa è l'unica casa, questa è la casa di tutti. Tutti apparteniamo a questo cielo, apparteniamo a questa famiglia.

Dal cielo guardiamo in lontananza. Vediamo il teatro fisico e temporaneo e quando queste stelle si preparano a scendere in questo teatro lo fanno nella loro forma di stelle e rimangono stelle. Restano ospiti e osservatori. Non si perdono in questa espansione, in questo teatro. Esse ricordano a se stesse questa bella verità. Grazie.
