

Testimonia la Coscienza di Gurumayi Chidvilasananda

Testimonia la Coscienza
Testimonia i tuoi occhi che si chiudono
Testimonia i tuoi occhi che si aprono
Poi batti le palpebre ancora.

Chiudi l'anta della mente
Apri l'anta della mente
Poi lascia che la mente riposi.

Entra attraverso la soglia
Esci attraverso la soglia
Quindi proprio lì dove sei,
senza uscire né entrare,
senza oltrepassare la soglia,
girati.

Girati ancora, di 360 gradi
Inala l'aroma degli alberi venerandi
Sono i maestosi sostenitori della tua esistenza,
si ergono alti,
dando protezione
al tuo vulnerabile cuore.

Chiudi un libro aperto
Apri un libro chiuso
Poi prendi il libro,
siediti a leggere,
e comprendi
ciò che è sfuggito perfino al tuo poderoso intelletto.

Vola nello spazio profondo della tua immaginazione
Quando ti addormenti,
divieni libero
Lascia che il corpo si rilassi
Recupera l'energia che hai speso quand'eri sveglio
e indaffarato in mille e una cosa.

Ricordati di vegliare
Scuotiti dal torpore
ascoltando le campane del tempio
che rintoccano sulla vetta del monte.
Accogli un'altra alba tranquilla
ancora avvolta nella rugiada della notte.

Fai bollire l'acqua su un braciere ardente
Raffredda lo *sharbat* con cubetti di ghiaccio
Lasciati incantare da sfrigolii e bollicine
Poi lascia perdere ciò che è caldo e ciò che è freddo –
non è più cosa tua restarne affascinato.

Parla francamente senza esitazione
Controlla la tua mente con rigore, fintantoché permetterà la tua ingerenza.
Poi abbandona i pensieri e le parole che ti tengono schiavo
e ti privano del tuo diritto di nascita,
beatitudine celestiale.

Espira
e lascia che il tuo sguardo attraversi la distanza di millenni
Inspira
e inverti lo sguardo per discendere nella caverna del cuore
Osserva il respiro scintillare e fondersi in se stesso
Poi rimani in silenzio per altri millenni ancora.

Percepisci il tocco divino dell'invisibile Presenza che sorge dall'interno
Abbraccia la luce che emana dalle sue Vesti,
e che pulsa dentro il tuo universo
Poi fa' che ogni cellula del tuo corpo diventi particella di luce –

bianca
indaco
blu
verde
gialla
arancione
rossa

Mentre chiudi e apri il libro della tua vita,
inpira ed espira felicità e infelicità indicibili
Di nuovo e ancora unisciti all'essenza stessa della Coscienza suprema

Connessione
Riposo
Respirare nuova vita

Quindi sciogliti dall'agire e dall'essere
e dissolviti nell'indefinibile e ineffabile silenzio –
cancella tutto ciò che non è
diventa tutto ciò che È
per diventare il nulla