

Świadomość Świadka

Gurumayi Chidvilasananda

Obserwuj Świadomość
Obserwuj, jak zamykają się twoje oczy
Obserwuj, jak się otwierają
Potem ponownie zamrugaj.

Opuść żaluzje umysłu
Unieś żaluzje umysłu
Potem pozwól umysłowi odpocząć.

Przestąp próg wchodząc do wewnątrz
Przestąp próg wychodząc na zewnątrz
Potem tam gdzie właśnie stoisz,
nie wychodząc ani nie wchodząc,
nie przekraczając progu –
obróć się.

Obróć się ponownie o 360 stopni
Wciągnij aromat czcigodnych drzew
Są majestatycznymi sojusznikami twojego istnienia,
wznosząc się wysoko,
udzielając ochrony
twemu podatnemu na ciosy sercu.

Zamknij otwartą książkę
Otwórz książkę zamkniętą
Potem weź tę książkę,
usiądź do lektury
i zrozum to,
co umyka nawet twemu potężnemu intelektowi.

Poszybuj w głąb przestrzeni wyobraźni
Kiedy zasypiasz,
stań się wolny,
pozwól ciału się odprężyć.
Odzyskaj energię, którą zużyłeś na jawie
zajęty tysiącem spraw.

Pamiętaj o czujności.
Ocknij się z uśpienia
słuchając świątynnych dzwonów
rozbrzmiewających na wierzchołku góry.
Przywitaj kolejny cichy świt
wciąż otulony rosą nocy.

Zagotuj wodę nad płonącym ogniskiem
Ostudź sorbet kostkami lodu
Niech uwiedzie cię musujące bulgotanie.
Potem odpuść to co gorące i zimne.
Pozostawanie pod ich czarem – to już nie twoja sprawa.

Mów, co myślisz swobodnie i bez wahania
Sprawdzaj swój umysł rygorystycznie,
na ile pozwoli ci na taką natarczywość.
Potem porzuć niewołące cię myśli i słowa
pozbawiające cię należnego ci z urodzenia prawa:
niebiańskiej błogości.

Zrób wydech
i pozwól spojrzeniu przemierzyć dystans tysięcy
Weź wdech
i odwróć spojrzenie, gdy schodzisz w głąb serca
Patrz, jak oddech iskrzy się i łączy ze sobą.
Potem pozostań w ciszy przez jeszcze więcej tysięcy.

Dostrzeż boskie dotknięcie niewidzialnej,
wyłaniającej się wewnątrz Obecności
Obejmij światło emanujące z jej Szat
i przenikające pulsowaniem do twojego wszechświata
Potem pozwól każdej komórce w ciele stać się drobiną światła –

Białego
Indygo
Niebieskiego
Zielonego
Żółtego
Pomarańczowego
Czerwonego

W miarę jak zamykasz i otwierasz księgę swego życia,
wdychaj i wydechaj nieopisane szczęście i nieszczęście. –
Wciąż na nowo stapiaj się z samą esencją Najwyższej Świadomości.

Połączenie
Spoczynek
Oddychanie Nowym Życiem

Potem rozgrzesz siebie ze swojego działania i bycia
oraz rozpuść się w nienazwanej i niewysłowionej ciszy –
wymaż wszystko, co nie jest
stań się wszystkim, co JEST,
by stać się nicością